योगदर्शन

हिन्दी समिति ग्रन्थमाला-संख्या—१२२

योगदर्शन

लेखक
डा० सम्पूर्णानन्द

हिन्दी समिति
सूचना विभाग, उत्तर प्रदेश
लखनऊ

प्रथम संस्करण
१९६५

मूल्य
छः रुपये

मुद्रक
वीरेन्द्रनाथ घोष
माया प्रेस प्रा० लिमिटेड, इलाहाबाद–३



मेरे गुरुदेव

ॐकारस्य प्रवक्तारम्,

ॐकारार्थस्वरूपिणम् ।

गुरुं वन्दे वचो यस्य,

योगशासनगर्भितम् ॥

रथनाभौ यथा ह्यारा:,

सर्वे वेदाः प्रतिष्ठिताः ।

यस्मिंस्तत् सर्वगं चित्तं,

शिवसंकल्पमस्तु मे ॥

प्रकाशकीय

आज के इस अश्रद्धा के युग में जब वैयक्तिक और सामूहिक जीवन के दार्शनिक आधार हिल उठे हैं, यह नितान्त आवश्यक है कि जीवन का कोई स्थायी लक्ष्य हो । क्योंकि अश्रद्धा अच्छी वस्तु नहीं है । अपनी भौतिक सफलताओं से उन्मत्त आज का मनुष्य धन, अधिकार, प्रभाव को जीवन का सर्वस्व मान रहा है । आज उसे ही विद्या कहा जा रहा है जो भौतिक स्तर को उठाने और मुक्ति के स्थान पर अधिक जटिल बन्धनों में फंसने में सहायता दे । यह ऐसी परिस्थिति है जिसमें मनुष्य के लिए योग की पहले जैसी ही आवश्यकता है। योग सभी उपासना पद्धतियों का मूल है । इससे विरत रह कर हम अपने धर्म और संस्कृति को संजोये नहीं रख सकेंगे ।

प्रस्तुत पुस्तक में योग और उसकी उपादेयता पर समीचीन अनुशीलन प्रस्तुत करके आदरणीय डा० सम्पूर्णानन्द जी ने योग सम्बन्धी अध्ययन को नयी दिशा प्रदान की है । आशा है, इस कृति से विद्वद् वर्ग एवं सामान्य पाठक दोनों ही समान रूप से उपकृत होंगे ।

सुरेन्द्र तिवारी
सचिव, हिन्दी समिति

विषय-सूची

भूमिका [११-३१]

अध्याय १

योग शब्द का व्यापक प्रयोग १

अध्याय २

योग और योगी के सम्बन्ध में विभिन्न विचार १७

अध्याय ३

योग के सम्बन्ध में कुछ योगाचार्यों के वचन ३१

अध्याय ४

दार्शनिक आधार भूमि ३७

अध्याय ५

पतंजलि का संकल्प सूत्र ६२

अध्याय ६

पुरुषार्थ चतुष्टय—योग के अधिकारी ६६

अध्याय ७

योग की परिभाषा ७४

अध्याय ८

गुरुतत्त्व ८५

अध्याय ९

चित्तप्रसाद—कर्मयोग ९७

अध्याय १०

वैराग्य १०६

अध्याय ११

योग के अंग—यम १११

अध्याय १२

योग के अंग—नियम—भक्तियोग ११८

अध्याय १३

आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार १३२

अध्याय १४

योग के अंग—धारणा और ध्यान १५५

अध्याय १५

योग के अंग—समाधि (सम्प्रज्ञात) १८१

अध्याय १६

योग के अंग—समाधि (असम्प्रज्ञात) १९९

अध्याय १७

परम पुरुषार्थ २१२

अध्याय १८

अन्य देशीय साधकों के अनुभव २२६

अध्याय १९

योगाभ्यास में विघ्न २३४

अध्याय २०

विभूतियाँ २४४

अध्याय २१

योग और हम २५३

परिशिष्ट

(१) जैन धर्म और योग २७१

(२) सूफीवाद २७२

उद्धृत योगसूत्रों की सूची २८९

सहायक पुस्तकों की सूची २९१

भूमिका

कई सालों से मेरा यह विचार रहा है कि पतंजलि के सूत्रों पर कोई व्याख्यात्मक पुस्तक लिखूं। पातंजल योगदर्शन उन ग्रन्थों में है जिनके लिए मेरे चित्त में बहुत आदर है। योग के विषय में इतना विस्तारपूर्वक शास्त्रीय विवेचन किसी दूसरी पुस्तक में नहीं है। पिछले पचास वर्षों में मैंने इसके अनेक बार पारायण किये हैं और मूल ग्रन्थ के साथ साथ भाष्य तथा संस्कृत और अन्य भाषाओं में टीकाएं भी देखी हैं। यह पतंजलि कौन थे जिन्होंने योगसूत्रों की रचना की है? इस सम्बन्ध में विद्वानों में मतभेद है। उनका काल भी विवादास्पद प्रश्न है। मुझको ऐसा लगता है कि वह गौतम बुद्ध के पश्चाद्वर्ती थे। परन्तु इन प्रश्नों का पुस्तक के मूल विषय से कोई विशेष सम्बन्ध नहीं है, इसलिए मैं अपने को इस शास्त्रार्थ में नहीं डालना चाहता। सूत्रों पर किन्हीं व्यास नाम के विद्वान् का भाष्य है। वाचस्पति मिश्र की टीका और भोजकृत वृत्ति भी उपलब्ध है। ग्रन्थ को जो व्यापक मान्यता प्राप्त है वह इसी बात से सिद्ध है कि उसके ऊपर संस्कृत और संस्कृतेतर कई भारतीय और अभारतीय भाषाओं में बहुत सी टीकाएं विद्यमान हैं।

जैसा कि मैंने अभी निवेदन किया है, मेरा भी विचार सूत्रों की व्याख्या करने का ही था, परन्तु ज्यों ज्यों लिखने का समय निकट आता गया मेरा विचार भी बदलता गया। जो पुस्तक व्याख्या करने का दावा करती है वह अपने को भाष्य, टीका या वृत्ति चाहे जो कहे, परन्तु उससे यही आशा की जाती है कि वह मूल ग्रन्थ के उद्देश्य को स्पष्ट करेगी; यदि कहीं मूल का कुछ अंश गुप्तार्थ रह गया है तो उस रहस्य का उद्‌घाटन किया जायगा। कभी कभी ऐसा हुआ है कि भाष्य के रूप में अपने किसी अभिनव मत का प्रतिपादन किया गया है। फिर भी भाष्यकार यही दिखलाता है कि मैं जो कुछ कह रहा हूं वही मूल ग्रन्थकार को भी अभीष्ट था। परन्तु मैं देखता हूं कि कुछ बातों में मुझे योगसूत्रों के साथ स्वारस्य नहीं है और मेरे लिए मूल की आलोचना करना, यहां तक कि मूल में कही गयी बातों का खंडन करना, आवश्यक हो गया है। सम्भव है मेरे विचार भ्रान्त हों और मैंने जो अर्थ निकाले हैं वे अयथार्थ हों, परन्तु जो बात अपने को ठीक लगती हो उसको न कहना अनाचार है। चूंकि ऐसा करना व्याख्याकार के अधिकार के बाहर की बात प्रतीत होती थी, अतः मैंने स्वतंत्र ग्रन्थ लिखने का ही निश्चय किया। इसमें स्थान स्थान पर मूल के बहुत से सूत्र उद्धृत हैं। मैंने उनके

पूर्वापर क्रम को अपनी बुद्धि के अनुसार बदल दिया है और कही कही सूत्रो को ऐसे अर्थ पहनाये हैं जो सामान्यत. किसी टीकाकार को अभिमत नहीं हैं।

यह बड़े दु ख की बात है कि योगदर्शन का पठन-पाठन जिस प्रकार सस्कृत विद्यालयो मे हो रहा है वह अत्यन्त गर्हास्पद है। पढ़ने-पढ़ाने का उद्देश्य ज्ञान नही वरन् परीक्षा मे उत्तीर्ण होना रह गया है। शिष्य किसी शका का उत्थापन नही करता। अध्यापक पुस्तक के गिने हुए अक्षरो के बाहर नही जाता और परीक्षक ऐसे प्रश्न नही पूछता जिनसे यह पता चल सके कि परीक्षार्थी ने विषय पर स्वतत्र रूप से मनन किया है या नही। केवल रटे हुए ज्ञान के आधार पर उपाधिया मिलती हैं। योग व्यावहारिक शास्त्र है, परन्तु बहुधा उसके पढ़ने-पढाने वाले ऐसे लोग होते है जो यथाविधि प्रात साय सध्योपासन तक नहीं करते।

सध्यापासन का नाम मैंने इसलिए लिया है कि उसमे बहुत समय नही लगता, फिर भी उस थोडे से समय मे हलका सा अभ्यास प्राणायाम और गायत्री-जप के बहाने चित्त की एकाग्रता का हो जाता है। इस उपासना को इसीलिए आर्य लोगो के लिए अनिवार्य माना गया था। मनु का कहना है

नानुतिष्ठति य पूर्वां नोपास्ते यश्च पश्चिमाम्।
स शूद्रवद् बहिष्कार्यं सर्वस्माद् द्विजकर्मण ॥

जो व्यक्ति पूर्व और पश्चिम अर्थात् प्रात और साय सध्या का अनुष्ठान नही करता उसको द्विजो के सारे अधिकारा से बहिष्कृत कर देना चाहिए। अर्थ र यह है कि जो लोग इस प्रकार मनु की राय मे बहिष्कार्य हैं वही प्राणायाम तथा धारणा, ध्यान, समाधि जैसे विषयो को पढने-पढ़ाने के इस समय अधिकारी हो रहे हैं। ऐसे अनाडियो और अनधिकारियो के हाथ म इस विद्या की क्या दुर्गति होगी इसका अनुमान सहज म ही हो सकता है। मैने इसके एकाध उदाहरण दिये भी है। प्राण का चर्चा करते हुए दिखलाया है कि इस शब्द के सम्बन्ध मे कितनी अनर्गल बातें कही जाती हैं। यह मान लिया गया है कि सर्वत्र प्राण का अर्थ वायु अर्थात् सास की हवा है। जो लोग ऐसे अनुचित अर्थ लगाते हैं वे पुरुषसूक्त के इन शब्दो से भी परिचित हैं :

श्रोत्राद् वायुश्च प्राणश्च ।

उसके कान से वायु और प्राण (निकले)।

यह वाक्य वायु और प्राण के भेद का प्रतिपादन करता है। परन्तु इन शब्दो की ओर ध्यान नही दिया जाता और मान लिया जाता है कि योगी अपने श्वास को सुषुम्ना मे ऊपर की ओर चढाता है, यहा तक कि उसे खीचकर ब्रह्माड तक लाया जाता

है। ब्रह्मरंध्र से तात्पर्य मस्तिष्क के ऊपरी भाग से है। यदि सुषुम्ना कोई ऐसी वस्तु होती जो आंख से दिखाई न दे सकती तब भी यह बात मानी जा सकती, परन्तु सुषुम्ना तो आंख से बराबर देखी जा सकती है। पीठ पर हाथ लगाने से रीढ़ की हड्डी अर्थात् मेरुदंड का पता और स्पर्श लगाया जा सकता है। इसी हड्डी में वह नाली नहीं है जिसमें सुषुम्ना नाम की श्वेत नाड़ी है। उसमें कोई छिद्र नहीं, इसलिए उसके भीतर वायु संचार का प्रश्न नहीं उठता। परन्तु षट्चक्रवादियों से प्रत्यक्ष [illegible] करने के लिए कोई जगह नहीं। इसी प्रकार सूर्य में संयम करने से भुवनज्ञान की प्राप्ति बतलायी गयी है और भुवनों का स्वरूप भी बतलाया गया है। यह स्वरूप ज्योतिष से सर्वथा विरुद्ध है और यह स्मरण रखना चाहिए कि ज्योतिष भी प्रत्यक्षमूलक है। इतना कहने से काम नहीं चल सकता कि प्राचीन काल में आज जैसे सूक्ष्म यंत्र नहीं होते थे। यहां तो योग के अभ्यास से उत्पन्न ज्ञान की बात है जो भ्रान्त हो ही नहीं सकता। ऐसी और भी अनेक बातें इस ग्रन्थ में आ गयी हैं जिनके सम्बन्ध में शंका उठनी चाहिए, पर नहीं उठती। जो कुछ ज्ञान शिष्य अपने गुरु से पाता है उसी को एक दिन अपने शिष्यों तक पहुंचा देता है। इस प्रकार 'अन्धेनैव नीयमाना यथान्धाः' की परम्परा चली आ रही है। मेरी समझ में विद्यालयों में योगदर्शन का पढ़ाना बन्द कर देना चाहिए। सांख्यदर्शन पर्याप्त है।

अस्तु, मैंने आरम्भ में ही कहा है कि मैं 'योगसूत्रों' को बड़े आदर की दृष्टि से देखता रहा हूं। अब भी मेरे मन में उनके लिए आदर है। परन्तु कभी कभी यह प्रश्न हठात् उठता है कि इस ग्रन्थ का रचयिता स्वयं योगाभ्यासी भी था या केवल पंडित। अन्य दर्शन ग्रन्थों में और योगदर्शन में एक बड़ा अन्तर है। दूसरे दर्शन केवल तर्क के भरोसे चलते हैं। भले ही वेदान्तदर्शन 'तर्काप्रतिष्ठानात्' कह कर तर्क का खंडन करता देख पड़ता है, परन्तु वस्तुतः वह भी तर्क का ही सहारा लेता है। उसका आशय इतना ही है कि जिस तर्क से काम लिया जाय वह श्रुतिसम्मत होना चाहिए। परन्तु जब वेद को प्रमाण न मानने वाले बौद्ध आदि से शास्त्रार्थ करना पड़ा तो वेदान्त को भी तर्क की शरण जाना पड़ा। इसके सिवाय कोई और गति नहीं है। परन्तु योगदर्शन में शास्त्रार्थ का स्थान बहुत कम है। इसमें तर्क के लिए बहुत कम जगह है। सिवाय उन स्थानों के जहां इसने ईश्वर का चर्चा किया है, इसके आधारभूत दार्शनिक सिद्धान्त वही हैं जिनका प्रतिपादन सांख्यदर्शन के आचार्यों ने किया है। इसलिए शास्त्रार्थ करके विरोधी को परास्त करने का भार तो योगदर्शन प्रायः सारा का सारा सांख्य के कंधे पर डाल सकता था, उसको तो योग का व्यावहारिक उपदेश देना था। जो ग्रन्थ ज्योतिष या चिकित्सा या किसी भी दूसरी व्यावहारिक विद्या की शिक्षा देते हैं उनमें भी शिष्य को

की बातें कहनी पडती हैं। सिद्धान्त के प्रकाश मे ही व्यवहार का उपदेश देना होता है परन्तु यदि कोरे सिद्धान्त की ही बात की जाय तो व्यावहारिक विद्या नही आ सकती। उसका प्रत्यक्ष उदाहरण आज आयुर्वेद म देख पडता है। आज क वैद्य सुश्रुत को पढते है। पूरा ग्रन्थ रट डालते है। आवश्यकता हो तो दूसरो को पढा सकते हैं। परन्तु सुश्रुत मे बतलायी हुई बडी बडी शल्यक्रियाओ की तो बात ही क्या है एक छोटी सी फुंसी पर जो नश्तर नही चला सकते, उनका सुश्रुत पढना निरर्थक है।

योगदर्शन को देखने से ऐसा लगता है कि जिस किसी ने उसका प्रणयन किया है उसने केवल पाण्डित्य प्रदर्शन की दृष्टि से पुस्तक को लिखा है। किसी एक स्थल पर भी इस बात की झलक नही आने दी कि उसका स्वय भी इस सम्बन्ध मे कुछ अनुभव है। किसी स्थल पर भी पुस्तक पढने वालो को अपने अनुभव से लाभ उठाने का अवसर नही दिया। उदाहरण के लिए, धारणा का विषय लीजिए। धारणा के आधार अनेक हो सकते है। यह भी ठीक है कि एक बार चित्त के एकाग्र हो जाने पर सभी मार्ग एक ही जगह पहुचा देंगे। फिर भी यदि यह बतलाया गया होता तो अच्छा होता कि ग्रन्थकर्ता की सम्मति म कौन कौन सी धारणाए श्रेयस्कर हैं और उनमे भी वह किसको औरो पर प्राथमिकता देते है। उपनिषदो म कई विद्याओ की चर्चा है, यह सब चित्त को एकाग्र करने के लिए साधन हैं। इस बात का कोई कारण नही देख पडता कि सूत्रकार ने इस विषय म इतने सकोच से क्या काम लिया है।

एक दूसरा प्रसग लीजिए। योग के अन्तरायो अर्थात् विघ्नो के नाम का उल्लेख किया गया है। परन्तु उन विघ्नो के सम्बन्ध मे कुछ और कहना चाहिए था। दिये हुए नामो के अभिधार्थ से काम नही चलता। सूत्रकार का अनुसरण करते हुए भाष्यकार, टीकाकार और वृत्तिकार न भी कुछ नही कहा। बेचारा साधक निस्सहाय रह जाता है। जिसने थोडा बहुत योगाभ्यास किया होगा उसको ऐसी कठिन परिस्थितियो का सामना करना पडा होगा। जो शारीरिक विघ्न हैं उनकी बात तो समझ म आती है। व्याधि का अर्थ समझने मे कोई विशेष कठिनाई नही होती। परन्तु 'स्त्यान' क्या है ? यह नाम मात्र से स्पष्ट नही होता। कबीर आदि सन्तो की वाणियो म इसके स्वरूप की झलक मिलती है परन्तु उन लोगो ने गद्य म पुस्तक के रूप म कुछ नही लिखा है। इसलिए मैंने कुछ ईसाई साधको के वाक्यो के अवतरण दिये है, ताकि हमारे साधको की समझ मे स्त्यान का स्वरूप आ जाय और वे उस निराशा के ऊपर उठ सकें जो कभी कभी स्त्यान के परिणामस्वरूप उत्पन्न होती है।

मेरी समझ मे जो पुस्तक किसी व्यावहारिक विषय की शिक्षा देती है उसकी लेखन शैली उन पुस्तको से भिन्न होनी चाहिए जो सिद्धान्तो और तथ्यो का निरूपण एवं

प्रतिपादन मात्र करती है। सिद्धान्त-प्रतिपादक ग्रन्थ में जो कुछ कहा जाता है उसका रूप होता है "यह बात ऐसी ही है, अन्यथा नहीं हो सकती" और उसकी शैली इसीलिए प्रवचनात्मक होती है। परन्तु व्यावहारिक विषय की शिक्षा देनेवाले ग्रन्थ का रूप होता है "इस काम को ऐसे करना होता है अन्यथा सफलता नहीं मिलेगी" और उसकी शैली आदेशात्मक होती है। व्यावहारिक विषयों को सिखाने वाला अपने पाठक से इस प्रकार बात करता है जिस प्रकार कि गुरु शिष्य को पढ़ाता है। गुरु और शिष्य को स्नेह की सूक्ष्म डोर सदा मिलाये रखती है, जैसा कबीर ने कहा है :

जो गुरु होंहि बनारसा, शिष्य समुन्दर तीर।
आठ पहर लागी रहै, जो गुन होंहि शरीर ॥

गुरु और शिष्य दोनों में ही गुण होना चाहिए, तभी यह आठ पहर वाली बात चरितार्थ हो सकती है।

योगदर्शन में कहीं भी इस प्रकार का निकट सम्बन्ध नहीं देख पड़ता। सच तो यह है कि योग के अभ्यासों को गुरु की भी कोई आवश्यकता पड़ती है, यह बात भी स्पष्ट रूप से नहीं कही गयी है। न इस बात का कोई संकेत है कि गुरु किसी प्रकार शिष्य की सहायता करता है और न यह बतलाया गया है कि शिष्य को गुरु के साथ कैसे व्यवहार करना चाहिए। श्रुति कहती है :

यस्य देवे पराभक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ।
तस्यैते कथिता ह्यर्थाः, प्रकाशन्ते महात्मनः ॥

इस श्लोक में कहा गया है कि गुरु के प्रति वैसी ही भक्ति होनी चाहिए जैसे देव के प्रति। परन्तु योगदर्शन इस सम्बन्ध में बिल्कुल चुप है और पतंजलि के मुख्य टीकाकारों ने भी इस सम्बन्ध में कुछ कहने की आवश्यकता नहीं समझी।

यह प्राचीन परिपाटी है कि आरम्भ में ही अधिकारी का संकीर्तन हो जाय, अर्थात् यह बतला दिया जाय कि पुस्तक किस प्रकार के मनुष्य के लिए लिखी गयी है। दर्शन ग्रन्थों में यदि ऐसे स्पष्ट शब्दों में नहीं बतलाया रहता तो भाष्यकार इस कमी की पूर्ति कर देता है। वेदान्तदर्शन के सम्बन्ध में ऐसा ही हुआ है। प्रथम सूत्र "अथातो ब्रह्म जिज्ञासा" के प्रथम दोनों शब्दों 'अथ' और 'अतः' का अर्थ बताते हुए शंकराचार्य ने अधिकारी के सम्बन्ध में सारी आवश्यक बातें कह दी हैं। योगदर्शन में न तो पतंजलि ने कुछ कहा, न उनके भाष्यकार और वृत्तिकार ने। यह जानना बहुत आवश्यक था कि किस व्यक्ति को योग का उपदेश देना चाहिए, किसको प्रस्तुत ग्रन्थ पढ़ाना चाहिए; इसे न बतलाने का ही यह परिणाम हुआ है कि संस्कृत का थोड़ा सा व्याकरण जानने वाला

विद्यार्थी भी योग की पोथी हाथ में ले लेता है। पतजलि ने केवल एक जगह अधिकारी का एक लक्षण बहुत सक्षेप मे बताया है। उन्होने कहा है :

तीव्रसंवेगानाम् आसन्नः ।

तीव्र सवेग वालो को समाधि शीघ्र प्राप्त होती है। परन्तु यहा तीव्र सवेग का लक्षण नही बतलाया गया।

एक और कमी खटकती है। इस बात की बहुत बडी आवश्यकता है कि नये साधक को प्रोत्साहन दिया जाय। हर विषय का गुरु अपने नये शिष्य को इस प्रकार से प्ररोचन दिया करता है, परन्तु यहा सूत्रकार ने ऐसा करना आवश्यक नही समझा। केवल उनका एक सूत्र है जो स्यात् इस विषय पर कुछ प्रकाश डाल सकता है :

विषयवती वा प्रवृत्तिरुत्पन्ना मनसः स्थितिनिबन्धनी ।

परन्तु जब तक यह स्पष्ट न हो कि विषयवती प्रवृत्ति किस किस प्रकार की होती है तब तक इस सूत्र से भी विशेष काम नही चलता। केवल इतना कहना भी पर्याप्त नही है कि इस प्रवृत्ति का सम्बन्ध ज्ञानेन्द्रियो से है। इससे कहीं अधिक सहायता श्वेताश्वतरोपनिषद् के उस मत्र से मिलती है जिसमे योग मे अभिव्यक्ति कराने वाले कुछ दृग्विषयो का चर्चा किया गया है।

इन बातो का चर्चा करने म मेरा अभिप्राय योगदर्शन की निन्दा करना नहीं है। परन्तु एक बात नम्रता से निवेदन करता हू। यो तो प्रत्येक ग्रन्थकार को इस बात का अधिकार है कि अपनी पुस्तक म चाहे जिन विषयो का समावेश करे, परन्तु जो ग्रन्थ व्यावहारिक विषय सिखलाने का दावा करता हो, जिसका रचयिता महर्षि माना जाता हो और जिसको इतनी प्रामाणिकता दी जाती हो, उससे यह आशा की जाती है कि वह उन सब बातो पर प्रकाश डालेगा जिनकी उस विद्या के जिज्ञासु को आवश्यकता पड सकती है। केवल थोडे से पारिभाषिक शब्दो को दे देना पर्याप्त नही हो सकता। कई ऐसे स्थल हैं जिन पर मेरी समझ म पतजलि को कुछ अधिक कहना चाहिए था, परन्तु उन्होने प्राय कुछ भी नहीं कहा। इसी से ऐसा सन्देह मन मे उठ जाता है कि स्यात् इस ग्रन्थ को परम्परागत शिक्षाप्राप्त किसी पडित ने लिखा है, जो स्वय अभ्यासी नहीं था। न उसको अभ्यास काल की अनुभूतियो की प्रत्यक्ष जानकारी थी, न उसको साधको की कठिनाइयो का पता था कि अभ्यास के मार्ग पर पहले-पहल चलने वालो को किन परिस्थितियो का सामना करना पडता है। न उसने कभी उनका सामना किया था, न उनके ऊपर सवेदना दिखलाना उसके लिए सम्भव था।

जिन बातो का इसमें समावेश किया गया है वे भी इसी सशय को पुष्ट करती

हैं। चौथे पाद में बहुत सी विभूतियों का चर्चा है। इनको देने की आवश्यकता क्या थी? एक जगह लिखा जा चुका है :

ते समाधावुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः ।

ये शक्तियां जिनको समाधि से निवृत्त होने की अवस्था में सिद्धि कहते हैं, वस्तुतः समाधि में बाधक हैं। जब ऐसी बात है तो समाधि में बाधा डालने वाली बातों की इतनी लम्बी सूची क्यों दी गयी है? यह सूची इस कारण से और भी अनावश्यक प्रतीत होती है कि आगे चलकर यह लिख दिया गया है कि जब समाधि के द्वारा प्रज्ञा प्राप्त होती है तो सभी शक्तियां, सभी सिद्धियां, आपसे आप प्राप्त हो जाती हैं। विभूतियों की सूची उसी प्रकार दे दी गयी है जिस प्रकार कि आजकल इस विषय की पाठशालाओं में पढ़ाई होती है। एक सूत्र है :

बलेषु हस्तिबलादीनि ।

बलों पर संयम करने से हाथी का बल या और भी जो अभीप्सित बल हो वह प्राप्त हो जाता है। न तो कक्षा में पढ़ाने वाले पंडित जी यह जानते हैं कि बल पर संयम कैसे करना होता है न स्वयं सूत्रकार ने बतलाया है, न इस बात को किसी प्रामाणिक व्याख्याकार ने बतलाने का कष्ट किया। इसी प्रकार कहा गया है कि :

कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृत्तिः ।

कंठ-कूप में संयम करने से भूख-प्यास की निवृत्ति हो जाती है। संयम कैसे किया जाय? यदि यह गोप्य रखने की बात है तो इसका चर्चा ही नहीं करना था। जब चर्चा किया गया तो कुछ अधिक खोलकर लिखना था।

जहां तक दार्शनिक सिद्धान्त की बात है, ईश्वर की कल्पना को छोड़कर और बातों में योग दर्शन सांख्य दर्शन से अभिन्न है। दोनों ही ऐसा मानते है कि विश्व में 'पुरुष' और 'प्रधान' नाम के दो मूल तत्त्व हैं। पुरुष असंख्य हैं, प्रधान एक है। दोनों ही आदि और अन्तहीन हैं परन्तु पुरुष चेतन और अपरिवर्तनशील है और प्रधान जड़ और परिवर्तनशील है। प्रधान सत्त्व, रज और तम नामक तीन गुणों का समुच्चय, उनकी साम्यावस्था है, प्रधान के विकारों और विकारों के विकारों से ही यह नानात्वपूर्ण जगत् बना है। जगत् सत्य है। पुरुष के सान्निध्य के कारण प्रधान में परिवर्तन होने लगते हैं। अविद्यावश पुरुष उन परिवर्तनों को आत्मसात् कर लेता है। यही उसका बंधन है और इसी बंधन के कारण वह पाप और पुण्य करता है, सुख-दुःख का अनुभव करता है

और जन्म से जन्मान्तर मे आता जाता रहता है। साख्य और योग दोनो ही यह मानते हैं कि :

ज्ञानान्मुक्ति : —ज्ञान से मुक्ति होती है।

इस अविद्या से छुटकारा देने वाले ज्ञान को विवेकख्याति कहते है। जब पुरुष को वैराग्य और अभ्यास के प्रसाद से इस बात का पूर्णतया निश्चय हो जाता है कि उसका प्रधान और उसके विकारो से कोई सम्बन्ध नही है, तो फिर अविद्या उससे दूर हो जाती है। उसकी इस अवस्था को कैवल्य कहते हैं।

साख्य दर्शन की कई मान्यताए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं। वे कई ऐसी ग्रन्थियो को खोलती हैं जिन्होने मनोविज्ञान के योगी और अयोगी सभी विद्वानो को परास्त कर रखा है। यह हम सब जानते हैं कि चित्त और शरीर मे एक विशेष प्रकार का सम्बन्ध है। चित्त शरीर को प्रभावित करता है और शरीर चित्त को। परन्तु देखने में यह दोनो विजातीय हैं। शरीर तो जड है ही, चित्त चेतन प्रतीत होता है। जो लोग इसको सीधे चेतन नही कहते वे यह मानते हैं कि आत्मा चेतन है और उसके प्रकाश, किसी किसी के शब्दो म छाया से आभास्वर होकर चित्त चेतनवत् प्रतीत होता है। अब ये दोना विजातीय पदार्थ कैसे एक दूसरे को प्रभावित करते हैं? इसका उत्तर अब तक कुछ मिला है तो साख्य के आचार्यो के ही अध्यवसाय स। उनका कहना है कि चित्त और शरीर विजातीय हैं ही नही। प्रधान का पहला विकार बुद्धि है। बुद्धि का विकार अहकार और अहकार का विकार मन है। इन्ही तीनो को चित्त कहते हैं। अहकार के विकारो मे शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्ध—पाचो तन्मात्रा, पाचो ज्ञानेन्द्रिया और पाचो कर्मेन्द्रिया है। पच महाभूत तन्मात्राओ के ही विकृत रूप हैं और इन्ही पदार्थो अर्थात ज्ञानेन्द्रिय, कर्मेन्द्रिय तथा महाभूतो के सघात का नाम शरीर है। इसका तात्पर्य यह हुआ कि जिस प्रकार चित्त प्रधान का विकार है, उसी प्रकार शरीर भी प्रधान का विकार है। प्रधान सत्त्व, रज और तम की अवस्था विशेष है। हम इन गुणो के नाम के प्रथम अक्षरो को लेकर सक्षेप मे यह कह सकते है कि चित्त और शरीर दोनो ही स+र+त हैं। किसी पदार्थ मे स अधिक है, किसी मे र, किसी मे त, परन्तु चित्त और शरीर का एक दूसरे पर क्रिया और प्रतिक्रिया स, र, त की स, र, त पर क्रिया और प्रतिक्रिया होती है। दो विजातीय नही वरन् दो सजातीय एक दूसरे के सान्निध्य मे आते है और एक दूसरे को प्रभावित करते हैं। इस सिद्धान्त को मान लेने से मनोविज्ञान की एक बहुत बडी पहेली सुलझ जाती है।

साख्य दर्शन का बहुपुरुषवाद उसको वेदान्त का प्रमुख प्रतियोगी बना देता है। ऐसे कई दार्शनिक मत हैं जो जगत् को सत्य मानते हैं, परन्तु किसी न किसी दृष्टि से

अद्वैतवादी हैं। श्री वल्लभाचार्य का शुद्ध अद्वैतवाद इसका उदाहरण है। आगम के अन्तर्गत आनेवाले वाद भी प्रायः सभी इस कोटि में आते हैं। वे भी ऐसा मानते हैं कि महेश्वर पदार्थ ही अपने को नाना रूप से प्रकट करता है। नानात्व है परन्तु उसका होना माहेश्वरी लीला है। इस नानात्व का परम शिव जब चाहे तब अपनी इच्छा से संकोच कर सकता है। परन्तु सांख्य दर्शन की दृष्टि में यह नानात्व नित्य और सत्य है। जिस पुरुष को कैवल्य प्राप्त हो गया वह अविद्या से भले ही अलग हो जाय और उसके लिए जगत् का अस्तित्व न हो परन्तु दूसरे पुरुषों के लिए तो वह ज्यों का त्यों बना रहेगा। वेदान्त और सांख्य का गहरा मतभेद और गहरा शास्त्रार्थ शताब्दियों से चला आ रहा है। वेदान्त दर्शन का लगभग तीन चौथाई अंश सांख्य के खंडन करने में लगा है। इसके लिए 'प्रधान मल्ल निबर्हण' न्याय की उपमा दी जाती है। यदि अपने सामने कई बड़े बड़े पहलवान खड़े हों तो उनमें जो सबसे बड़ा हो उसको हरा देने से यह मान लेना चाहिए कि और सब हार गये। इसी तरह और जितने भी दार्शनिक मत हैं उनमें जो सबसे प्रबल सांख्य है उसको परास्त कर देने से और सब मतों का आपसे आप ही खंडन हो जाता है। मैं स्वयं ऐसा समझता हूं कि इस जगत् के स्वरूप और इसकी समस्याओं को समझने में अद्वैतवाद ही समर्थ है। सांख्य सिद्धान्त को मान लेने में कई अड़चनें पड़ती हैं। परन्तु यहां उस सारे शास्त्रार्थ को उठाने की आवश्यकता नहीं है। जिन लोगों को इस विषय में रस हो वह वेदान्त दर्शन और उस पर किये हुए शांकर भाष्य को देखें।

परन्तु एक दार्शनिक विचार की ओर ध्यान दिलाना तो परम आवश्यक है। कैवल्य के सम्बन्ध में सांख्य योग के मत को स्वीकार करने में कई कठिनाइयां देख पड़ती हैं। इस पुस्तक में यथास्थान उनका चर्चा किया भी गया है। यह मान लिया जा सकता है कि जिस पुरुष को विवेकख्याति हुई हो, वह अपने को प्रधान और उसकी विकृतियों की ओर से खींच लेगा। उन पदार्थों की ओर से उसे विरक्ति हो जायगी। जब तक शरीर है तब तक वह जगत् में उसी प्रकार रहते हुए निर्लिप्त रहेगा जैसे कमल का पत्ता जल में रहते हुए भी भींगता नहीं है। परन्तु शरीर छूटने के बाद यह कैसे माना जाय कि फिर वह प्रधान से प्रभावित न होगा? प्रधान भी है, वह पुरुष भी है, ठीक उसी प्रकार जैसे कि वह दोनों पहले थे। दोनों का वैसा ही सान्निध्य है। एक बार इस सान्निध्य के कारण प्रधान में विकार उत्पन्न हुए और सारे जगत् प्रपंच की सृष्टि हो गयी। पुरुष बंधकर जीव बन गया। अब फिर ऐसा क्यों नहीं हो सकता? यह नहीं कह सकते कि एक बार के कटु अनुभव के कारण पुरुष बचा रहेगा। अतीत की अनुभूति अनिष्ट से तभी रक्षा कर सकती है जब उसकी स्मृति बनी रहे। परन्तु स्मृति का आश्रय बुद्धि है। बुद्धि त्रिगुणात्मक प्रधान की विकृति

है। कैवल्य प्राप्त पुरुष प्रधान को छोड चुका है, तीनो गुणा का अतिक्रमण कर चुका है। अब वह अपने शुद्ध स्वरूप मे स्थित है। अत उसके पास न तो बधन काल की कोई स्मृति रह गयी है न स्मृति का उपकरण रह गया है। फिर वह पहले कभी बद्ध हुआ था इसलिए बधन के कारण से बच जाय यह बात कैसे होगी ? जैसे पहले बद्ध हुआ था वैसे अब भी हो सकता है। यह दूसरी बात है कि अब उसको पहले के बधन की भी स्मृति न रही होगी। परन्तु यह भी मानना चाहिए कि उसको जो छुटकारा मिला था वह चिरस्थायी नही था। साख्य योग की कैवल्य विषयक मान्यता मे मुझको यह बहुत बडी आपत्ति दीख पडती है।

योग दर्शन साख्य दर्शन की और सब बातें तो मानता है परन्तु एक उसकी विशेष मान्यता है, वह ईश्वर की सत्ता को स्पष्ट शब्दो मे स्वीकार करता है। ऐसे बहुत से विद्वान् है जिनको ऐसा विश्वास है कि कपिल ईश्वर की सत्ता को अस्वीकार नही करते। साख्य दर्शन मे उनका यह सूत्र है

ईश्वरासिद्धे ।
ईश्वर के असिद्ध होने से।

इसका शाब्दिक तात्पर्य तो यह है कि वह यह नही कहते कि ईश्वर का अस्तित्व नही है। इतना ही कहते हैं कि ईश्वर के अस्तित्व का कोई प्रमाण नही है। एक अन्य जगह वह कहते हैं

ईदृशेश्वरसिद्धि सिद्धा।

पहले इस दूसरे प्रसग को ही लें। इसके पहले के सूत्र मे उन्होने योगी की चर्चा करते हुए पूर्ण योगी के विषय मे कहा है कि

स हि सर्ववित् सर्वकर्ता ।

अर्थात् वह सर्वज्ञ और सर्वकर्ता होता है। वेदान्त दर्शन मे यह भाव आया है कि कोई कितना ही बडा योगी हो लेकिन उसकी शक्ति जगत्-व्यापार तक नही जाती अर्थात् जगत् की उत्पत्ति, पालन और लय उसके वश मे नही होता। परन्तु साख्य दर्शन के अनुसार पूण योगी के लिए कुछ भी अकार्य नही है। इसके बाद वे कहते हैं

ईदृशेश्वरसिद्धि सिद्धा ।

कि इस प्रकार के ईश्वर की सिद्धि हमको मान्य है। इसका तात्पर्य यह हुआ कि ईश्वर कोई एक व्यक्ति नही है वरन् पूर्ण योगियो के वर्ग का नाम ईश्वर है। प्रत्येक

पूर्ण योगी ईश्वर कहलाने का अधिकारी है। सांख्य दर्शन के विद्वान् ऐसा प्रमाण मानते हैं। इस पर कुछ लोग यह शंका उठाते हैं कि जब आप ईश्वर को नहीं मानते तो वेद को कैसे मान सकते हैं। इस पर उनका यह कहना है कि जैसे राजा लोगों के दरबार में चारण, भाट काव्य-पाठ करते हैं, इसी प्रकार पूर्ण योगीरूप ईश्वर के दरबार में ऋषिगण ने मंत्रों का पाठ किया। एक प्रश्न यह उठता है कि जब इस प्रकार अनेक ईश्वर हो सकते हैं, क्योंकि बहुत से पूर्ण योगी हो गये हैं, हैं और होंगे, तब फिर विश्व में बड़ी अनिश्चितता छा जायगी। एक ईश्वर उसको एक प्रकार चलाना चाहेगा, दूसरे ईश्वर की कुछ और ही मति होगी। इसका उत्तर यह दिया जा सकता है कि जो लोग इतने ऊंचे पहुंच गये हैं उनमें मतभेद की सम्भावना ही नहीं हो सकती। इस लोकोक्ति के अनुसार कि सौ सयाने एक मत, सभी योगीश्वरों की बुद्धि एक ही दिशा में जायगी।

सांख्य दर्शन की ये मान्यताएं किसी की बुद्धि को ग्राह्य लगती हों या न लगती हों परन्तु आजकल संस्कृत के विद्वानों में एक प्रकार का सुनियोजित अभियान सा कपिल को ईश्वरवादी सिद्ध करने के लिए चल रहा है। सांख्य दर्शन ईश्वरवादी है, ऐसा मानने वाले लोग पहले भी थे। पर आजकल तो प्रायः जो पुस्तक सांख्य के सम्बन्ध में निकलती है वह उनको ईश्वरवादी सिद्ध करने का प्रयास निश्चय ही करती है। इस बात की ओर भी कुछ ध्यान नहीं दिया जाता कि सांख्य सिद्धान्तों के सबसे बड़े प्रवक्ता ईश्वरकृष्ण ने भी अपनी कारिकाओं में अनीश्वरवाद की ही पुष्टि की है। ईश्वरवाद के पक्ष में जो अभियान चल रहा है उसका एक कारण मेरी समझ में यह है कि अब नास्तिक शब्द का अर्थ पहले से भिन्न हो गया है। प्राचीन मत यह था :

नास्ति वेदोदितो लोक इति येषां मतिः स्थिरा।
नास्तिकास्ते तथास्तीति मतिर्येषां त आस्तिकाः॥

थोड़े में इसका अर्थ यह है कि जो लोग वेद को प्रमाण-बुद्धि से देखते हैं वे आस्तिक हैं। जो ऐसा नहीं मानते वे नास्तिक हैं। परन्तु देश में मुस्लिम शासन स्थापित होने के बाद से यह अर्थ बदल गया। आजकल जो ईश्वर के अस्तित्व को मानता है वह आस्तिक और जो नहीं मानता वह नास्तिक कहलाता है। वेद को मानने न मानने का कोई महत्त्व नहीं है। नास्तिक निन्दात्मक शब्द हो गया है। इसलिए सब का यह प्रयत्न होता है कि हमको, हमारे सम्प्रदाय को, हमारी विचारधारा को, कोई नास्तिक न कह दे। इसी कारण सांख्य को आस्तिक सिद्ध करने का प्रयास होने लगा है।

अस्तु, सांख्य दर्शन आस्तिक हो या नास्तिक, योग दर्शन तो पुरानी और नयी दोनों कसौटियों पर खरा उतरता है। यह वेद को प्रमाण मानता है और ईश्वर की सत्ता स्वीकार करता है। परन्तु मेरा ऐसा विश्वास है कि उसकी विचार शृंखला में ईश्वर

की सत्ता को स्वीकार करना सबसे दुर्बल कडी है। पतजलि का ईश्वर न्याय दर्शन के प्रवर्तक गौतम का ईश्वर नही है। गौतम के ईश्वर मे कई ऐसे गुण हैं जो एक चेतन स्वत्व मे होने चाहिए। ईश्वर से वेदान्त भी परिचित है। परन्तु जैसा चौथे अध्याय मे दिखाया गया है, वेदान्त का ईश्वर वस्तुत विश्वात्मा, परमात्मा है। तत्त्वत जीवात्मा परमात्मा से अभिन्न है और समूचा विश्व उस परमात्मा का ही विलास है इसलिए उसका इस जगत् स मौलिक तादात्म्य है। यह परमात्मा वह पदार्थ है जिसके सम्बन्ध म वेदान्त सूत्रो मे कहा गया है "जन्माद्यस्य यत"। जिससे इस जगत् का जन्म आदि हुआ है। आदि शब्द मे पालन और लय अन्तर्भूत है। भले ही अद्वैत वेदान्त जगत् को मिथ्या मानता है परन्तु जगत् की प्रतीति की ओर से तो आख नही बन्द कर सकता। प्रतीयमान जगत् की उत्पत्ति आदि तो होती ही है। इस प्रतीति का *जो आधार है, जिसमे यह सारा जगत् अध्यस्त है, उसमे और योग दर्शन के ईश्वर* मे बडा अन्तर है।

पतजलि के अनुसार ईश्वर एक विशेष पुरुष है, ऐसा पुरुष जो क्लेश, कर्म, फल और वासनाओ से परे है। उसका जगत् से कोई सम्बन्ध नही है। यह स्पष्ट नही बतलाया गया कि प्रधान से उसका कोई सम्बन्ध होता है या नही। उसका भी प्रधान से सान्निध्य तो होता ही रहता होगा। यदि उसके सान्निध्य के कारण प्रधान अपन स्वभाव के अनुसार क्षुब्ध होता है तो बुद्धि आदि का उदय भी होगा और फिर उस पर सुख दु ख आदि का प्रभाव पडता हो या न पडता हो, परन्तु वह कम से कम अन्त करण युक्त तो हो ही जायगा और इस प्रकार जगत् का साक्षी होगा। यदि अन्त करण और सम्भवत ज्ञानेन्द्रिय आदि से युक्त होकर भी ईश्वर जगत् से निर्लिप्त रहता है तो दूसरे पुरुष क्यो नही रह सकते? इसका अर्थ तो यह हुआ कि उन पुरुषो मे ईश्वर की अपेक्षा कुछ कमी है। फिर ऐसा क्यो न माना जाय कि उनके अविद्या के जाल म फस जाने का दायित्व केवल त्रिगुणात्मक प्रधान पर नही है। कुछ कमी उनमे भी है जिसके कारण वे प्रधान की विक्रियाओ के साथ तादात्म्य स्थापित कर लेते हैं। यह बात तो साख्य योग के सिद्धान्त के विरुद्ध जाती है। दूसरी बात यह हो सकती है कि सान्निध्य रहते हुए भी प्रधान इस पुरुष विशेष के सामने विक्रियाशील न हो या यह पुरुष विशेष उसकी विक्रियाओ से रजित न हो। यदि ऐसा होता है तो जिन बातो को लेकर ईश्वर की उपासना की जाती है उनमे स एक भी सिद्ध न होगी। जब ईश्वर बुद्धि से युक्त होगा ही नही तो न उसका सुख दु ख की अनुभूति होगी, न उसमे दया या करुणा का उदय होगा। कोई व्यक्ति कितना भी आर्त होकर पुकारे, ईश्वर उसके क्रन्दन से प्रभावित नही हो सकता। उसके पास किसी की सहायता करने का कोई साधन नही, ऐसे ईश्वर की कल्पना करने से क्या लाभ होगा?

मैं यह नहीं कह रहा हूं कि ईश्वर की सत्ता नहीं है, परन्तु योगदर्शन ने ईश्वर का जो चित्र खींचा है वह यथार्थ नहीं प्रतीत होता। सांख्य दर्शन की आधारशिला पर जो भवन खड़ा किया गया है वह न तो दृढ़ है और न शोभन। यदि वह वहां से हटा दिया जाय, ईश्वर सम्वन्धी जो चार पांच सूत्र योग दर्शन में हैं उनको निकाल दिया जाय, तब भी कोई हानि नहीं होगी। योगाभ्यास के सम्वन्ध में जो उपदेश दिया गया है उसमें कोई अन्तर नहीं पड़ेगा। मुझको ऐसा लगता है कि ईश्वर की कल्पना का समावेश इसीलिए हुआ कि पुस्तक बुद्धदेव के काल के पीछे लिखी गयी। बौद्ध न तो वेद को मानते हैं न ईश्वर को। शब्द प्रमाण का चर्चा करके वेद की प्रामाणिकता स्थापित की गयी। फिर ईश्वर का चर्चा किया गया। परन्तु सांख्य दर्शन का ढांचा पहले से बना हुआ था। उसके साथ ईश्वर का चित्र ठीक ठीक मेल नहीं खा सका।

एक और दार्शनिक प्रश्न है जो विचारणीय है। पहले ही सूत्र में पतंजलि ने कहा है:

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः।

चित्त की वृत्ति के निरोध का नाम योग है।

प्रश्न यह उठता है कि इस पुस्तक के लिखने का उद्देश्य क्या है? कहा जाता है कि "प्रयोजनमनुद्दिश्य न मूढ़ोऽपि प्रवर्तते" पागल भी जो काम करता है उसके लिए उसके मन में कोई न कोई प्रयोजन होता है, चाहे वह प्रयोजन दूसरों को ठीक जंचे या न जंचे। कहीं कोई संकेत नहीं दिया गया है, फिर भी ऐसा मानना चाहिए कि प्रयोजन वही होगा जो अन्तिम सूत्र में इंगित किया गया है, अर्थात् पुरुष का अपने शुद्ध रूप में स्थित होना, दूसरे शब्दों में उसकी कैवल्य प्राप्ति। यदि हमारा अनुमान ठीक है—और इस बात पर सन्देह करने का कोई कारण नहीं है—तो फिर पुस्तक के आरम्भ में ही चित्तवृत्ति निरोध का नाम क्यों लिया गया। ग्रन्थकार का और उसके पाठक का उद्देश्य है कैवल्य प्राप्ति, चित्तवृत्ति निरोध नहीं। वृत्ति निरोध कैवल्य प्राप्ति का साधन हो सकता है, स्वयं साध्य नहीं हो सकता। उचित तो यह होता है कि पहले साध्य का उल्लेख करके फिर यह दिखलाया जाता कि क्या चित्तवृत्ति निरोध उसकी प्राप्ति का मुख्य साधन है?

आनुषंगिक रूप से यह प्रश्न भी उठता है कि चित्त की वृत्ति का पूर्ण निरोध जीवन के रहते ही हो सकता है या नहीं। यदि पूर्ण निरोध किसी क्षण में हो गया तो क्या फिर उत्तर क्षण में जीवन की क्रिया किसी प्रकार चल सकेगी? चित्तवृत्ति निरोध का अर्थ होना चाहिए सब संस्कारों का अशेष रूप से नष्ट हो जाना, फिर और नये संस्कारों का उदय न होना। ऐसी अवस्था में निरोध के बाद जीवन का आधार क्या होगा?

मैं फिर एक बार कहना चाहता हूं कि योग दर्शन के लिए मेरे चित्त मे आदर है, परन्तु उसमे कही हुई बातो से कई जगह मतभेद है। यदि ऐसी दशा में मैं उसके ऊपर ब्यौरेवार टीका लिखने बैठता तो यह मूल ग्रन्थ के साथ भी अन्याय होता और स्वयं अपने साथ भी।

योग आध्यात्मिक कामधेनु है। उससे जो कुछ मागा जाय वह मिलता है इसमें कोई सन्देह नही है। ऐसा भी होता है कि मागने वाला ठीक शब्दो मे अपनी इच्छा को व्यक्त नही कर सकता, परन्तु उसको उसका अभीष्ट मिल ही जाता है। भर्तृहरि ने लिखा है :

एका कान्ता सुन्दरी वा दरी वा
एको वास पत्तने वा वने वा।
एकम् मित्रम् भूपतिर्वा यतिर्वा
एको देव केशवो वा शिवो वा॥

इस श्लोक के द्वारा उन्होने इस बात की ओर सकेत किया है कि पारमार्थिक पथ पर दो प्रकार के साधक अग्रसर होते हैं। एक तो वे जो बुद्धि प्रधान होते हैं और दूसरे वे जो भावना प्रधान होते हैं। यह बात केवल आध्यात्मिक जीवन में ही नही देखी जाती साधारणत ससारी व्यवहार में भी प्राय दो प्रकार के मनुष्य मिलते हैं। ऐसा कहा जाता है कि कुछ लोग हृदय की प्रेरणा से काम करते हैं, दूसरे लोग मस्तिष्क की। यो तो सब के पास हृदय है और सब के पास मस्तिष्क है। सभी बुद्धि और भावना स यथा अवसर काम लेत हैं। फिर भी आध्यात्मिक जीवन म प्रवेश करके य दोनो प्रकार के व्यक्ति अपने लक्ष्य को भिन्न भिन्न शब्दो म व्यक्त करते है और आरम्भ म स्यात् ऐसा समझते भी हैं कि हमारे अभीष्ट अलग अलग है, हमारे पथ अलग अलग है। कुछ लोग योग और ज्ञान की ओर झुकते है, दूसरे लोग भक्ति की ओर। जो ज्ञान के मार्ग को पकडता है वह भी ईश्वर को अपने सामने रखता है। उसको भी इस बात का दृढ विश्वास रहता है कि मुझको पदे पदे ईश्वर का समर्थन प्राप्त है। वह भी गुरु के रूप म ईश्वर का देखता है। वह भी उस साक्षात्कार के लिए व्याकुल रहता है जा ईश्वर साक्षात्कार भी कहा जा सकता है और आत्मसाक्षात्कार भी। दूसरी ओर भक्त भी साक्षात्कार ही ढूढता है यद्यपि वह इस साक्षात्कार को प्रमी और प्रेमिका के मिलकर एक हो जाने के रूप मे देखता है। उसको भी इस बात का विश्वास रहता है कि पदे पदे वह ईश्वर जिसकी उसको खोज है उसके साथ चल रहा है,और यद्यपि ऐसा कहा जाता है कि भक्त उपासक मोक्ष का भी तिरस्कार कर देते हैं परन्तु जिस अन्तिम पद पर वह पहुचता है वह मोक्ष से अभिन्न है। यह कहना असम्भव है कि दोनो

में कौन सा मार्ग अधिक श्रेयस्कर है। दोनों ही मार्ग उत्तम हैं, दोनों का ही लक्ष्य एक हैं। अपने अपने चित्त की प्रवृत्ति के अनुसार किसी को एक पथ रुचिकर प्रतीत होता है किसी को दूसरा। सच तो यह है कि यह कहना भी कि दो भिन्न मार्ग हैं, भाषा का दुरुपयोग मा करना है।

श्रुति कहती है:
एकं सद् विप्रा बहुधा वदन्ति ।

वह सत्य पदार्थ एक है, विद्वान् उसको अनेक नामों से पुकारते हैं। इसी बात को पुष्पदन्ताचार्य ने यों कहा हैं:

रुचीनां वैचित्र्याद् ऋजुकुटिलनानापथजुषां
नृणाम् एको गम्यस्त्वमसि पयसामर्णव इव ।।

अपनी अपनी रुचि के अनुसार लोग सीधे टेढ़े अनेक मार्गों का अवलम्बन करते हैं। परन्तु सब एक ही जगह पहुंचते हैं, जैसे सब नदियों का पानी एक ही समुद्र में पहुंचता है।

पलटूदास जी के शब्दों में:

जैसे नद्दी एक है बहुतेरे हैं घाट।

सब के एक जगह पहुंचने के सम्बन्ध में श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता में कहा है:

भक्त्या मामभिजानाति यावान् यश्चास्मि तत्त्वतः।
ततो मां तत्त्वतो ज्ञात्वा विशते तदनन्तरम् ।।

अर्थात् भक्ति के द्वारा मैं कौन हूं, कैसा हूं, इन सब बातों को मनुष्य तत्त्वतः जान लेता है, फिर इस प्रकार मुझको जानकर मुझमें प्रवेश कर जाता है।

अद्वैतवादी कहते हैं:

ब्रह्म सत्यं जगन् मिथ्या ।

इसी बात को तुलसीदास जी विनयपत्रिका में इन शब्दों में स्वीकार करते हैं:

स्रग महुं सर्प विपुल भयदायक प्रगट होई अविचारे।
बहु आयुध धर बल अनेक कर हारहिं मरइ न मारे।।

भक्त शिरोमणि मीरा का यह पद प्रसिद्ध हैं:

जिनके पिया परदेस बसत हैं लिखि लिखि भेजत पाती।

यही बात सन्त कबीरदास जी ने इन शब्दों में प्रतिध्वनित होती है :

जो बिछुड़े हैं पियारे से भटकते दर बदर फिरते।
हमारा यार है हममे हमन को इन्तजारी क्या ।।
न पल बिछुड़े पिया हमसे न हम बिछुड़ें पियारे से।
उन्हीं से नेह लागी है हमन को बेकरारी क्या।।

तुलसीदास जी ने जगत् के सम्बन्ध मे कहा है .

गिरा अर्थ जल बीचि सम, कहियत तो भिन्न न भिन्न।

और फिर इसके साथ ही कबीर के इन शब्दों को मिलाइए।

साधो एक आप जग माहीं।
दूजा करम भरम है किरत्रिम ज्यों दरपन मे छाहीं।
जल तरग जिमि जलते उपजे फिर जल माहि रहाहीं।।

ज्ञान और भक्ति के सम्बन्ध मे श्री ज्ञानेश्वर ने गीता मे १८वें अध्याय के ५४वें श्लोक की टीका मे इस प्रकार लिखा है। टीका कुछ लम्बी है परन्तु मैं इसको उद्धृत करने के लोभ का सवरण नहीं कर सकता

ब्रह्मभूत प्रसन्नात्मा न शोचति न काक्षति।
सम सर्वेषु भूतेषु मद्भक्ति लभते पराम्।। (गीता, १८, ५४)

"फिर हे पाडुसुत, ब्रह्म होने की योग्यता के द्वारा वह पुरुष आत्मज्ञान—प्रसन्नता के पद पर जा बैठता है। जिस अग्नि पर रसोई तैयार की जाती है वह जब शान्त हो जाती है तब रसोई का आनन्द लिया जाता है, अथवा शरत्काल में ज्वारभाटा छोड़ जैसे गगा शान्त हो जाती है, अथवा गीत समाप्त होते ही उसके उपांग तबला, तम्बूरा इत्यादि भी जैसे बन्द हो जाते है, वैसे ही आत्मज्ञान के लिए उद्यम करने के जो श्रम होते हैं, वे भी जहा शान्त हो जाते हैं उस दशा का नाम आत्मज्ञान—प्रसन्नता है। हे महामति, वह योग्य पुरुष उस दशा का उपभोग करता है। उस समय यह वस्तु मेरी है, ऐसा समझकर सोच करना अथवा किसी वस्तु की प्राप्ति की इच्छा करना आदि बातों का अन्त हो जाता है। उसमे केवल ऐक्यभाव भरा हुआ रहता है। सूर्य का उदय होते ही सम्पूर्ण नक्षत्र जैसे अपनी दीप्ति खो देते हैं, वैसे ही हे पार्थ, आत्मानुभव प्राप्त होते ही वह पुरुष अनेक भूतव्यक्तियों की रचना ताड़ते तोड़ते सब आकाशरूप ही देखता है। जैसे पाटी पर लिखे हुए अक्षर हाथ से पोछ लिये जाय, वैसे ही उसकी दृष्टि से

सब भेदान्तरों का लोप हो जाता है। जागृति और स्वप्न ये दो अवस्थाएं जो विपरीत ज्ञान का ग्रहण करती हैं उन्हें वह सुषुप्तिरूपी अज्ञान में लीन कर देता है। फिर ज्यों ज्यों ज्ञान बढ़ता है त्यों त्यों वह अव्यक्त भी घटता जाता है और पूर्ण ज्ञान होते ही सम्पूर्ण विलीन हो जाता है। जैसे भोजन करते समय भूख धीरे धीरे बुझती जाती है और तृप्ति के समय सम्पूर्ण शान्त हो जाती है, अथवा चलते चलते जैसे रास्ता कटता जाता है और इष्ट स्थान को पहुंचते ही समाप्त हो जाता है, अथवा ज्यों ज्यों जागृति आती जाती है त्यों त्यों नींद छूटती जाती है और पूर्ण जागृत होने पर उसका पता ही नहीं रहता, अथवा वृद्धि समाप्त होने पर जब चन्द्र पूर्णता प्राप्त कर लेता है तो शुक्लपक्ष भी निःशेष समाप्त हो जाता है, वैसे ही वह पुरुष जब ज्ञेय विषयों को लीन कर लेता है तो ज्ञान का नाश हो जाता है, तब कल्पान्त के समय जैसे नदी या समुद्र की सीमा के टूट जाने से ब्रह्मलोक तक जल ही जल भर जाता है, अथवा घट या मठ का नाश होने पर जैसे एक आकाश ही सर्वत्र रहता है, अथवा लकड़ी जलाकर जैसे अग्नि ही रह जाती है, अथवा जैसे अलंकारों को सांचे में डालकर गलाने से उनके नाम और रूपों का नाश हो सोना ही रह जाता है, यह भी रहने दो, फिर जागने पर जैसे स्वप्न का नाश हो जाता है और मनुष्य केवल एक मेरे अतिरिक्त स्वयं अपने समेत और कुछ भी नहीं रहता। इस प्रकार वह मेरी चौथी भक्ति प्राप्त करता है। दूसरे आर्त, जिज्ञासु और अर्थार्थी जिन रीतियों से मेरी भक्ति करते हैं उनकी अपेक्षा से हम इसे चौथी भक्ति कहते हैं। अन्यथा यह न तीसरी है, न चौथी, न पहली है, न अन्तिम है। वास्तव में मेरी ब्रह्मरूपी स्थिति का ही नाम भक्ति है। जो मेरे अज्ञान को प्रकाशित कर, मुझे अन्य रूप से दिखाकर, सबको सब विषयों की रुचि लगाकर उनका ज्ञान करा देता है, जिस अखंड प्रकाश से जो जहां जिस वस्तु को देखना चाहे वह वस्तु उसे वहां वैसी ही दिखाई देती है, स्वप्न का दिखाई देना न देना जैसे अपने अस्तित्व पर निर्भर है, वैसे ही जिस प्रकाश से ही विश्व की उत्पत्ति या लय होता है, वह मेरा जो स्वाभाविक प्रकाश है उसी को हे कपिध्वज, भक्त कहते हैं। अतः आर्तों में यह भक्ति इच्छारूप हो जिस वस्तु की अपेक्षा करती है वह मैं ही हूं। जिज्ञासु में भी हे वीरेश, यही भक्ति जिज्ञासा रूप हो मुझे जिज्ञास्य रूप से प्रकट करती है और हे अर्जुन, यही भक्ति अर्थप्राप्ति की इच्छा बन मानो मुझे ही अपनी प्राप्ति के पीछे लगा मुझे अर्थ नाम का पात्र बनाती है, एवं यदि मेरी भक्ति अज्ञान के साथ हो तो वह मुझ सर्वसाक्षी को अदृश्यरूप से बताती है। दर्पण में मुख से ही मुख दिखाई देता है, इसमें कुछ सन्देह नहीं, परन्तु यह जो मिथ्या द्वितीयत्व है उसका हेतु दर्पण है। दृष्टि वास्तव में चन्द्रमा का ही ग्रहण करती है पर एक चन्द्र के जो दो रूप दिखाई देते हैं वह नेत्र रोग के कारण। वैसे ही हे धनंजय, वास्तव में मैं ही सर्वत्र निज

को ही देखता हूँ परन्तु जो मिथ्या दृश्य पदार्थ दिखाई देते है वह अज्ञान का कारण है। वह अज्ञान उस चौथे भक्त का मिट जाता है, और प्रतिबिम्ब जैसे बिम्ब मे मिल जाय, वैसे ही मेरी साक्षिरूपता मुझ मे ही समा जाती है। सोना जब मिश्रित स्थिति मे रहता है तब भी सोना ही रहता है, परन्तु मिश्रण अलगाने पर जैसे वह शुद्ध रूप से शेष रहता है, अजी, पूर्णमासी के पहले चन्द्रमा क्या सावयव नही रहता, परन्तु जैसे उस दिन उसकी पूर्णता उससे आ मिलती है, वैसे ही दिखाई तो मैं ही देता हू पर अज्ञान के कारण दृश्य रूप से और भिन्न दिखाई देता हू और दृष्टात्व विलीन होने पर मुझे ही अपनी प्राप्ति हो जाती है। अतएव हे पार्थ, दृष्टिपथ के परे जो मेरा भक्तियोग है उसे मैंने चौथा कहा है।"[1]

परम पद को कबीर ने हसो का लोक कहा है। हस का लक्षण नीर-क्षीर विवेक कहा जाता है। लोग ऐसा मानते हैं कि यदि दूध और पानी एक मे मिले हो तो हस दूध को खीच लेता है और पानी को छोड देता है। हस पक्षी मे तो यह गुण नही होता परन्तु जिस मनुष्य को विवेकख्याति प्राप्त हो चुकी है उसकी हस से तुलना की जा सकती है।

ऐसे हसतुल्य मनुष्य सचमुच एक देश के वासी हैं। उनके चित्तो की स्थिति एक सी है। चाहे वे किसी भाषा का व्यवहार करते हो, किसी कुल मे पैदा हुए हो, उन्होने किसी युग मे शरीर धारण किया हो परन्तु वे सब पूज्य हैं।

यत्र तत्र समये यथा तथा,
योऽसि सोऽस्यभिधया यथा तथा ।
वीतरागकलुषश्च चेद् भवान्
एक एव भगवन् नमोस्तु ते।।

आपने चाहे जहा जन्म लिया हो और जिस समय मे जन्म लिया हो, आप चाहे जो हो और जिस नाम से पुकारे जाते हो, राग और द्वेष से जब आप परे हैं तो आपको प्रणाम है।

आजकल एक विश्वास फैलाया गया है कि भक्ति योग से सरल है और आजकल के लोग योगाभ्यास करने के योग्य नही हैं। जिसको भक्ति सरल लगती है, वह उसका नि सकोच सहारा ले। उसके लिए वही मार्ग सरल होगा। परन्तु बात यह है कि योग शब्द का बडा व्यापक अर्थ है। साधना के, चित्त को एकाग्र करके भगवा-

---

१. इण्डियन प्रेस के सस्करण से उद्धृत

साक्षात्कार या आत्म-साक्षात्कार के, जो भी उपाय हैं, वे सब योग में अन्तर्भूत हैं। अंग और अंगी का विरोध नहीं हो सकता। योग और भक्ति में विरोध है, यह कहना निरर्थक है। परन्तु इतना ध्यान में रखना चाहिए कि केवल सामूहिक रूप से गाना-बजाना या किसी देव-देवी के नाम का संकीर्तन करना, किसी मन्दिर में मूर्ति का श्रृंगार करना, भक्ति नहीं है। यह सब भले ही अच्छा लगता हो, इसमें समय कट जाता हो, परन्तु इतना ही कह सकता हूं कि किसी बुरे काम में समय काटने से यह काम भी अच्छा है। परन्तु वास्तविकता यह है कि यह प्रेय मात्र है, श्रेय इससे बहुत दूर है। जैसा कि कठोपनिषद् में कहा गया है :

श्रेयश्च प्रेयश्च मनुष्यमेतस्—तौ सम्परीत्य विविनक्ति धीरः।
श्रेयो धीरोऽभिप्रेयसो वृणीते प्रेयो मन्दो योगक्षेमाद् वृणीते॥

मनुष्य के सामने श्रेय और प्रेय दोनों आते हैं। उनकी परीक्षा करके धीर पुरुष विवेक से काम लेता है। वह प्रेय को छोडकर श्रेय को चुनता है तथा मन्द पुरुष योगक्षेम के लिए प्रेय को चुनता है।

यह कहना भी कि आजकल के मनुष्य योग के योग्य नहीं हैं, निराधार है। वेद बार बार इस बात को दुहराता है कि मनुष्य की आयु की मर्यादा सौ वर्ष है; "शतायुर्वै पुरुषः" वही मर्यादा आज भी है। आज का मनुष्य भी वह सब बौद्धिक काम करता है जो पहले के मनुष्य करते थे। ऐसा मानने का कोई कारण नहीं है कि वह पहले के लोगों से किसी बात में हीन है। हां, एक बात निश्चित है और इसको सभी लोग मानते हैं—उसकी बुद्धि का एक पक्ष अपंग रह गया है। भौतिक ज्ञान की बहुत बड़ी उन्नति हुई है परन्तु इसके साथ ही राग-द्वेष में भी बड़ी वृद्धि हुई है। धर्माधर्म विवेक में यथोचित उन्नति न होने से जीवन में सन्तुलन कम हो गया है। परन्तु यह शिक्षा का दोष है, मनुष्य की प्रवृत्ति और स्वभाव का नहीं। समझदारों का ध्यान इस ओर जा रहा है। ऐसा कहने का कोई कारण नहीं है कि मनुष्य इस दिशा में भी यथोचित प्रगति न करे। इस समय इस सम्बन्ध में जो कमी देख पड़ती है वह दूर की जा सकती है और मनुष्य पहले के किसी भी युग के मनुष्यों के समान ही योग का अधिकारी बन सकता है। फिर भी आज भी ऐसे लोग हैं जो धर्म भाव से प्रभावित हैं। वे निश्चय ही योग के अधिकारी हैं और इस विषय में पहले के लोगों के निश्चय ही समकक्ष माने जा सकते हैं। हमको यह भूलना न चाहिए कि हमारे देश में जो प्रसिद्ध योगी हो गये हैं उनमें से कइयों ने पिछले दो हजार वर्षों के भीतर अर्थात् कलिकाल में ही धरा को पवित्र किया है।

इस प्रश्न का कोई उत्तर नहीं हो सकता कि योग में कितने दिनों में पूर्ण सफलता

प्राप्त होगी, अर्थात् जिस उद्देश्य से योगाभ्यास को अपनाया जाता है उसकी पूर्ति होगी। इसमे एक जन्म मे भी सफलता हो सकती है और अनेक जन्म भी लग सकते हैं। कोई शारीरिक श्रम की बात हो तो इस प्रश्न का उत्तर देना सुकर होता, परन्तु वैराग्य, सवेग, लगन, अध्यवसाय यह ऐसी बातें हैं जिनकी नाप तौल नहीं की जा सकती और न इनको गणित का विषय बनाया जा सकता है। इतना तो निश्चित है कि योगाभ्यास से चित्त को शान्ति मिलती है। साधारण मनुष्य के चित्त की अवस्था क्षिप्त रहती है। अनेक वासनाओं की ओर से प्रत्येक क्षण मे नादित होकर वह विभिन्न दिशाओं मे खिचता फिरता है। योग की कृपा से निश्चय ही चित्त म सन्तुलन आता है। जो व्यक्तित्व निरन्तर विकीर्ण रहता है उसमे कृत्समता आती है, एकरूपता आती है।

मैंने ऊपर कहा है कि योग आध्यात्मिक कामधेनु है। उससे जो कुछ मागा जाय वह मिल सकता है। इस सन्दर्भ मे विभूतियो का नाम भी आ ही जाता है। निश्चय ही योग के अभ्यास से सिद्धिया प्राप्त हो सकती है। मनुष्य कुछ ऐसे चमत्कार दिखलाने मे सफलता प्राप्त कर सकता है, जिनसे उसको धन, वैभव और ख्याति की प्राप्ति हो सकती है। इस सम्बन्ध म इतना ही कहा जा सकता है कि मच्छर के शिकार के लिए तलवार से काम लेना तलवार का अपमान और दुरुपयोग है और अपनी मूर्खता का प्रदर्शन।

एक प्रश्न मुझ से पूछा जा सकता है। मैंने किस अधिकार से इस पुस्तक को लिखा है? इसका एक ही उत्तर हो सकता है। ऐसे ही प्रश्न के पूछे जाने की सम्भावना को सामने रखकर मैंने अपनी पुस्तक चिद्विलास के उपोद्घात मे जो शब्द लिखे थे उनको ज्यो के त्यो यहा उद्धृत करता हू।

"मुझे बारम्बार योग की प्रशसा और कोरे पाडित्य की निन्दा करते देखकर यह प्रश्न मुझसे पूछा जा सकता है कि क्या तुम स्वय योगी हो? मैं इस सम्बन्ध मे इतना ही निवेदन करूगा कि सद्गुरु की कृपा ने मुझ मे योग के प्रति असीम श्रद्धा उत्पन्न कर दी है। मैंने योग और ज्ञान के सम्बन्ध में जो कुछ लिखा है वह सब का सब मेरे अनुभव का परिणाम हो या न हो, किन्तु मेरे दृढ विश्वास का व्यजक नि सन्देह है।"

इसी स्थल से कुछ और वाक्य भी अवतरित करना चाहता हू :

"मैं ऐसा मानता हू कि सभ्यता और सस्कृति का समुदय सबसे पहले आर्य जाति मे हुआ और पूर्व युगो के तपस्वियो ने ऋषियो और मनुष्यो का शरीर धारण करके सबसे पहले आर्य जाति को आत्मज्ञान का मार्ग दिखलाया। इसलिए ज्ञान और योग का सबसे प्राचीन और परिपूर्ण भडार वेद है। इस देश मे यह परम्परा कभी लुप्त नहीं होने पायी, आप्त पुरुष बराबर अवतरित होते रहे। उन लोगो ने ऐसे कुलो मे जन्म लिया जो सनातन धर्मावलम्बी थे, उनके श्रोता भी प्राय इसी सम्प्रदाय के अनुयायी

थे। इसलिए स्वभावतः उनकी भाषा और निरूपणशैली पर वह छाप पड़ी जिसको लौकिक व्यवहार में हिन्दुत्व कहते हैं। परन्तु ब्रह्मज्ञानी होने के लिए हिन्दू कुल में जन्म लेना, संस्कृत को पवित्र भाषा मानना या हिन्दू ढंग की उपासना करना आवश्यक नहीं है। इस देश के महाभाग आचार्यों ने योगाधिकार में जाति, कुल या सम्प्रदाय को स्थान नहीं दिया है। मोक्षपदवी इन क्षुद्र भेदों से ऊपर है, उसका पथ असंकीर्ण है।"

मैं समझता हूं कि पुस्तक में कुछ जगहों पर जो हिन्दी और संस्कृत के सिवाय अन्य भाषाओं के अवतरण दिये गये हैं उनके लिए क्षमा मांगने की आवश्यकता नहीं है। उनको देखने से योग के ऊपर श्रद्धा बढ़नी चाहिए क्योंकि वे योग की सार्वभौमिकता के ज्वलन्त प्रमाण हैं। यह बहुत सम्भव है कि वेदमंत्रों या योगसूत्रों के अर्थ करने में मुझ से भूलें हुई हों। यदि ऐसा हुआ है तो मैं सभी पाठकों से क्षमा का प्रार्थी हूं। अनेक त्रुटियों के होते हुए भी यदि पुस्तक में कुछ भी उपादेय अंश है तो उसका श्रेय मुझको नहीं है। वह गुरुदेव की, गुरु-परम्परा की, दूसरे सन्त महात्माओं की, और अनादि काल से भूमंडल को पवित्र करने वाले योगीश्वरों की देन है।

यदि इस पुस्तक को पढ़कर किसी एक भी व्यक्ति में इस सम्बन्ध में जिज्ञासा जागरित हो और किसी एक व्यक्ति में भी परम श्रेय के इस पुनीत पथ पर चलने की लालसा उत्पन्न हो, तो मैं अपने को कृतकृत्य मानूंगा।

मेरे पुराने छात्र श्री ब्रजबिहारी राय, एम० ए०, एल-एल० बी० ने इस पुस्तक के संशोधन में मुझको जो सहायता दी है, उसके लिए मैं उनका कृतज्ञ हूं।

राजभवन, जयपुर
कार्तिक कृ० ६, २०२२
१६ अक्टूबर, १९६५।

—सम्पूर्णानन्द

अध्याय १

योग शब्द का व्यापक प्रयोग

भारतीय वाङ्मय में आध्यात्मिक और धार्मिक संदर्भ में जिन शब्दों का प्रयोग विशेष रूप से देखा जाता है उनमें योग शब्द भी है। सच तो यह है कि इस प्रकार का वाक्यविन्यास अत्यल्पोक्ति की सीमा तक पहुंच जाता है। वस्तुस्थिति यह है कि आत्मा, ब्रह्म, जीव, मोक्ष, निर्वाण, धर्म और ईश्वर की भांति योग उन थोड़े से गिने गिनाये शब्दों में है जिनका प्रयोग इस प्रसंग में सर्वाधिक होता है।

इस देश के आध्यात्मिक विचारों को तीन मुख्य धाराओं में विभक्त कर सकते हैं। ऐतिहासिक दृष्टि से सबसे प्राचीन तथा अपने विकास और विस्तार तथा अनुयायियों की संख्या की दृष्टि से सबसे विपुल वह धारा है जिसको नैगम—अर्थात् वेदमूलक—कहना चाहिए। जो लोग इस विचारधारा के साथ सम्बद्ध हैं उनके लिए वेद अन्तिम प्रमाण है। इनमें आपस में कई मतभेद हैं। वेद के सब मंत्रों की व्याख्या और मीमांसा सब लोग एक ही प्रकार नहीं करते। वेद केवल संहिताओं को ही कहते हैं या ब्राह्मण ग्रन्थ भी इस नाम के अधिकारी हैं, इस विषय में भी सबका एक मत नहीं है। फिर भी इन भेदों के होते हुए भी प्राय: वे सभी लोग, जो आज हिन्दू कहलाते हैं, वेदानुयायी हैं, वेद ही उनका प्रमाण ग्रन्थ है। वेद तथा उसकी सभी प्रधान टीकाएँ और व्याख्याएं संस्कृत में हैं, वेद पर आधारित दूसरे ग्रंथ भी प्राय: संस्कृत में हैं। इस कोटि में रामायण और महाभारत, महापुराण और उपपुराण तथा स्मृतियों और धर्मशास्त्रों की गणना होती है। इन सबमें योग का चर्चा भरा पड़ा है—योगियों की कथाएं आती हैं और योगाभ्यास सम्बन्धी विस्तृत उपदेश मिलते हैं। और फिर योगविषयक स्वतंत्र ग्रंथ भी हैं, देव देवियों के वर्णन में भी प्राय: उनके योगिगम्य होने और योगविभूतियुक्त होने का उल्लेख मिलता है।

दूसरी धारा वह है जिसका उद्भव बुद्ध देव के उपदेशों से होता है। आज भारत में इसके अनुयायी संख्या में थोड़े हैं परन्तु इसने न केवल भारत वरन् बहुत से देशों के आध्यात्मिक जीवन पर गहरा प्रभाव डाला है। इसके आकर ग्रंथ—बुद्ध देव के उपदेशों और आदेशों के संग्रह—तो पालि भाषा में हैं, परन्तु संस्कृत में भी इससे स्फूर्तिप्राप्त प्रभूत साहित्य है। इतना ही नहीं, भारत के बाहर कई देशों में बहुत ही सुन्दर

ग्रन्थ बौद्ध विचारो के समर्थन और बौद्ध धर्म के सिद्धान्तो की पुष्टि एवं विवेचन पर लिखे गये हैं।

बौद्ध ग्रथ योग और योगियो की चर्चा से भरे पडे हैं। बुद्ध का जीवन ही योग का ज्वलन्त समर्थन है। जिस मध्यम मार्ग का उन्होने प्रसार किया, वह उनकी कई वर्षों की योगसाधना की उपलब्धि था। अर्हत् पद, जहाँ पहुँचकर फिर जन्म नही लेना होता, योगजन्य समाधि का पुरस्कार है। बुद्ध देव ने कई बार योगाभ्यास का उपदेश दिया है। उनके शिष्यो मे कई ऐसे महापुरुष थे जिनका सिद्ध योगियो के रूप मे वर्णन आया है।

तीसरी धारा—जैन धारा—के प्रवर्तक वर्धमान महावीर और उनके पूर्ववर्ती तीर्थंकर थे। इसके भी मुख्य प्रस्थान—प्रामाणिक ग्रन्थ—पालि मे हैं परन्तु बाद मे इसने सस्कृत मे भी विशाल साहित्य को जन्म दिया है। इस सम्प्रदाय मे योग की जगह तपश्चर्या को दी गयी है। साधु ही नही, जैन गृहस्थ तक लबे व्रत और उपवास करते हैं। इस कारण जैन वाङ्मय मे योग और योगियो का अपेक्षाकृत कम चर्चा मिलता है।

भारतभूमि आध्यात्मिक दृष्टि से भी वसुन्धरा है, रत्नगर्भा है। मैंने तीन विचारधाराओ का इसलिए प्रधानतया उल्लेख किया है कि इनका उन तीन प्रधान सम्प्रदायो से सम्बन्ध है जिनका उदय भारत मे हुआ था। यदि कोई भारतीय किसी ऐसे सम्प्रदाय का अग है जिसका प्रवर्तन भारत मे हुआ था, तो वह या तो वैदिक या बौद्ध या जैन होगा, ऐसा मानना चाहिए। स्थूल दृष्टि से इन सबको हिन्दू कह देते हैं, यद्यपि यह शब्द मुख्यतया वैदिक का पर्याय है। इन विचारधाराओ का विवेचन करना इस अध्याय के प्रस्तावित विषय की दृष्टि से अनावश्यक प्रतीत हुआ, अत इसका प्रयास नही किया गया।

परन्तु इस देश के साधक और विचारक इन तीन रस्सियो को पकडकर बैठ रहे हो, ऐसा नही हुआ। कई ऐसी प्रबल उपधाराए निकली जिनका प्रभाव और विस्तार किसी दूसरे देश या अभारतीय सम्प्रदाय की मुख्य धारा से किसी भी दृष्टि से कम न था। इनमे इतिहास और प्रभाव की दृष्टि से प्रथम स्थान तन्त्र का है। तन्त्र के दो सहज भेद हैं: आगम और बौद्ध।

तन्त्र का जो रूप वैदिक समाज के बीच मे प्रस्फुटित हुआ, उसे आगम कहते है। वेद निगम है, तत्र आगम। आज तात्रिक विचार और उपासना पद्धति प्रचलित हिंदू धर्म मे इतनी घुल मिल गयी है कि साधारणत पढा लिखा हिन्दू भी विभाजन नही कर सकता। नित्य, नैमित्तिक, काम्य—सभी प्रकार के कर्म दोनो धाराओ के सम्मिलन से प्रवाहित गगा-यमुनी जल मे से प्रक्षालित हो रहे हैं। कभी तत्र के कई भेद थे परन्तु

आजकल इनमें से दो ही प्रौढ़ और पुष्ट रूप में उपलब्ध हैं: शैव और शाक्त। कभी वैष्णव तंत्र भी बहुत प्रबल था परन्तु अब वह भागवत धर्म के रूप में वैदिक सम्प्रदाय का अविच्छेद्य और अविच्छिन्न अंग बन गया है।

वैदिक और तान्त्रिक मार्गों में बहुत बड़ा मौलिक अन्तर यह है कि तन्त्र का अनुयायी वेद को प्रमाण नहीं मानता। कुछ दूसरे ग्रंथ हैं जो उसके लिए प्रस्थान अर्थात् अन्तिम प्रमाण ग्रंथ की पदवी रखते हैं। ये प्रायः शिव और शक्ति के संवाद के रूप में हैं और इनमें शिव या शक्ति के मुख से धार्मिक और आध्यात्मिक तत्त्वों का निरूपण कराया गया है। पिछली कुछ शताब्दियों में तंत्र और वैदिक व्यवस्था को एक दूसरे के निकट लाने के प्रयत्न भी हुए हैं। मेरी सम्मति में महानिर्वाण तंत्र का स्वरूप इनमें सबसे सफल प्रयास रहा है।

तन्त्र का साहित्य विशाल है और जहां तक मैं जानता हूं वह सारा का सारा संस्कृत में है। तंत्र का नाम लेते ही कुछ हृदय को थर्रा देनेवाली बातों की स्मृति जाग उठती है। तांत्रिक उपासना में मद्य, मांस और मैथुन को स्थान दिया जाता है। कहा जाता है कि तांत्रिक साधक कभी नरबलि दिया करते थे और उन लोगों में भैरवीचक्र जैसे गुप्त कृत्य आज भी अवसर मिलने पर कभी कभी प्रयोग में लाये जाते हैं, जिनमें माता, बहिन, पुत्री तथा ब्राह्मण, शूद्र आदि वर्णगत भेद लुप्त हो जाते हैं। मैं समझता हूं कि बहुत सी बातों के लिए तांत्रिकों पर मिथ्या आरोप लगाये जाते हैं, यद्यपि यह सत्य है कि उनकी पूजा पद्धति में मद्य आदि उन चीजों का, जिनका ऊपर चर्चा किया गया है, निर्विवाद रूप से स्थान है। तंत्र की दार्शनिक विचारशैली या उपासनाशैली का विवेचन इस जगह अप्रासंगिक है। यहां मुझे इतना ही कहना है कि तंत्र स्पष्ट ही द्विधा विभक्त है। पहला विभाग चंचु मात्र डूबनेवालों के लिए है, इसी में मद्य आदि से देवता की बाहरी पूजा होती है। दूसरा विभाग अच्छे साधकों, मुमुक्षुओं के लिए है। यह पथ योग से प्रायः अभिन्न है। इसलिए तंत्र ग्रंथों में प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से, साधारण और समाधि भाषा में, सीधे और प्रतीकों के माध्यम से, योग का चर्चा बड़े गाम्भीर्य और विस्तार के साथ है। तांत्रिक साधकों में कई प्रसिद्ध योगी हो गये हैं। ऐसे लोगों का भी चर्चा मिलता है जो सिद्धान्ततः वैदिक होते हुए भी तंत्रसम्मत उपासनाशैली के अनुयायी थे। उदाहरण के लिए श्री शंकराचार्य के सम्बन्ध में यह बात कही जाती है और प्रमाण में 'सौन्दर्यलहरी' को उपस्थित किया जाता है। इस अनुपम काव्यग्रंथ में योग शासन और मंत्रशास्त्र का अनूठा संगम हुआ है।

बौद्ध तंत्र और आगम में स्वभावतः सैद्धान्तिक अन्तर है। आगम के लिए जीवन का परम पुरुषार्थ मोक्ष है, उधर बौद्ध तंत्रग्रन्थ के लिए चरम लक्ष्य निर्वाण है। एक और बड़ा भेद है। आगम ग्रंथ वेद को प्रमाण नहीं मानते, परन्तु बौद्ध तंत्रग्रंथ वह

के आदेशों को पूर्णतया प्रमाण मानते हैं। पर एक प्रत्यक्ष कठिनाई का सामना होता है। तन्त्रसम्मत बातों का उन ग्रन्थों में कहीं उल्लेख नहीं मिलता, जिनमें बुद्ध के उपदेश आबद्ध हैं। इसका समाधान इस प्रकार किया जाता है कि ऐसी गोप्य बातें सर्वसाधारण के सामने नहीं रखी जा सकती थीं। अतः वे कुछ गिने चुने शिष्यों को गुप्त रूप से बतलायी गयीं। बौद्ध तन्त्र कई बातों में आगम से मिलते हैं। कई देवता दोनों में समान हैं, मन्त्र भी मिलते जुलते हैं।

बौद्ध तन्त्रों की भाषा संस्कृत, बहुधा विकृत और व्याकरण भ्रष्ट संस्कृत है। बौद्ध धर्म का महायान सम्प्रदाय, जो भारत में होता हुआ तिब्बत, चीन, मंगोलिया, कोरिया और जापान पहुंचा, मुख्यतया तन्त्रमूलक है। लंका, बरमा, और स्याम में फैला हुआ हीनयान सम्प्रदाय प्रायः तन्त्रमुक्त है। आगम की भांति बौद्ध तन्त्र भी योगचर्या से ओतप्रोत है। महायान के अनुयायी देशों में योगदीक्षा का पर्याप्त चलन रहा है और कई लब्धख्याति सिद्ध पुरुष हुए हैं। तिब्बत में प्रायः प्रत्येक लामा को योग का कुछ न कुछ अभ्यास करना पड़ता है। इतना ही नहीं, वहां लोगों की यह दृढ़ धारणा है कि योग के क्षेत्र में तिब्बत भारत से आगे बढ़ा हुआ है। संस्कृत के अतिरिक्त इन देशों की भाषाओं में योग सम्बन्धी पर्याप्त तन्त्रावलम्बी साहित्य है।

ज्यों ज्यों हम वर्तमान काल के पास पहुंचते जाते हैं त्यों त्यों संस्कृत में ग्रन्थ प्रणयन की प्रवृत्ति कम होती जाती है। संस्कृत अब भी आदरास्पद है, उससे न केवल धार्मिक और आध्यात्मिक वरन् और विषयों के भी लेखक अब भी स्फूर्ति पाते हैं, समूचे देश में फैले हुए समाज को एक सूत्र में बांधने का वह अब भी दृढ़ साधन है, विचारक उस रत्नाकर से अब भी बहुमूल्य विचार पाते हैं, अब भी विचारों की यथार्थ अभिव्यक्ति के लिए उसके भंडार से उपयुक्त शब्द मिलते थे। पर अब प्राकृत भाषाएं आगे आती जाती थीं और प्रवक्ताओं को उनके माध्यम से प्रचार करने में सुविधा होती थी। इन उपदेशकों में ब्राह्मणेतर लोग भी थे जो संस्कृत जानते भी नहीं थे। इसलिए भी वे प्राकृत भाषाओं से काम लेते थे। प्राकृत भाषाओं में संस्कृत के तत्सम शब्दों की जगह तद्भव शब्द तो थे ही, कुछ विदेशी शब्द भी आ मिले थे, क्योंकि उस समय मुस्लिम आक्रमण आरम्भ हो चुके थे, देश के कुछ भागों पर मुस्लिम शासन स्थापित हो चुका था, अरबी और फारसी शब्द कानों को परिचित हो चले थे। दो संस्कृतियों और सभ्यताओं के टकराव में नयी संस्कृति और सभ्यता की सृष्टि का संदेश मिल रहा था।

यह सब हो रहा था, परन्तु भारत की आध्यात्मिक उर्वरता में कोई अन्तर नहीं पड़ा था। आध्यात्मिक अनुभूतियां होती थीं, उनकी अभिव्यक्ति भी साहित्य के रूप में की जाती थी। नये सम्प्रदाय भी बने। लोक में "नौ नाथ चौरासी सिद्ध" जैसी

कहावतें प्रसिद्ध हैं। संख्या की बात तो विवादास्पद है परन्तु इस काल में सिद्ध सम्प्रदाय का बहुत प्रभाव था। वस्तुतः सिद्धों और नाथों के सम्बन्ध में अभी बहुत सी बातें अनिश्चित हैं। जहाँ तक समझ में आता है, सिद्ध लोग वज्रयानी महायान के बहुत समीप थे और नाथों का सम्बन्ध आगम से कुछ अधिक था। संवत् ८०० से लेकर ९५० या १००० के बीच में कई विख्यात सिद्ध और नाथ हुए।[1] इनमें से कइयों के नाम लोक में अब तक प्रचलित हैं। गांव गांव में जलन्धरनाथ, मत्स्येन्द्रनाथ (मछिन्दर), गोरक्षनाथ (गोरख), राजा गोपीचन्द और भर्थरी (भर्तृहरि) के नाम सुने जाते हैं। सिद्ध और नाथ दोनों ही योगी सम्प्रदाय के थे और दोनों के ग्रंथों में योग का भरपूर चर्चा है। नाथ सम्प्रदाय की पुस्तकें संस्कृत में भी हैं, परन्तु इन लोगों की अधिकांश रचनाएं तत्कालीन हिन्दी में ही हैं। ये अभी बहुत प्रचलित नहीं है और न सुगमता से उपलब्ध हैं। इसलिए एकाध उदाहरण देना अनुचित न होगा।

अजैयपाल की सबदी

मुंडे मुंडे भेष वितुंडे।
ना बूझी सतगुरु वाणी।।
सुंनि सुंनि करि भूले पसुवा
आपा सुध न जांणी।।
नाभि सुंनि तै पवना ऊठ्या।
परम सुंनि में पैसा।।
तिहि सुंनि तै पिंड ब्रह्मंड उपज्या।
ते सुंनि है कैसा।।
तिहि सुंनि तै आपा कीधा।
आपा कूंण सौं कीधा।
सुंनि लागे ते मरि मरि गए।
आप अनत सिध सीधा।।
पिंड तै ब्रह्मंड ब्रह्मंड तें पिंड।।
पिंड ब्रह्मंड कथ्या न जाई।।

---

१. मैंने नाथों और सिद्धों के काल निर्णय के सम्बन्ध में काशी नागरी प्रचारिण सभा से प्रकाशित "नाथसिद्धों की वानियां" नामक पुस्तक से स्थूल रू से सहायता ली है, परन्तु भूल चूक का दायित्व मेरा है, पुस्तक के सम्पाद श्री हजारीप्रसाद द्विवेदी का नहीं।

पिंड ब्रह्मंड दोऊ सम कर।
पिंड ब्रह्मंड समाई॥
पृथ्वी के तत महल रचीला।
आप के तत करीला आचार।
तेज के तत दीपग बालिबा ।
बाई के तत हम करिबा विचार॥
आकास का तबा मे करीवा।
मलिबा मन राई का मान॥
सुनि स्यघासण उलीचा।
बैसिबा प्रान पुरिस के दीवाने॥
जुरा मरन काल सरब व्यापै।
काम बसत सरीर॥
ल्षमण कहै हो बाबा अजैपाल।
तुम कूण अरम्भ धीर॥
ब्रह्म अ गनिब जराग सो क्या।
कदर्प देव सरीर॥
जुरा मृत पवन का भीषण।
जोगारभ सुधीर॥
द्वादस गगन स्थान।
सोखि लीया जल माल॥
षट चक्रा जोग धरि बैठा।
तब भाजि गया जम काल॥

भरथरीजी की सबदी (संक्षिप्त)

सुषिया हसति दुषिया रोवत।
क्रीडा करतु घट कामनी॥
सूरा जझत भोंदू भाजत।
सति सति भाषत राजा भरथरी॥
दुखी राजा दुषी परजा।
दुषी ब्राह्मण बाणिया॥
सुषी एक राजा भरथरी।
जिनि गुर का सबद परचाणिया॥

चढ़ेंगे तै पड़ेंगे।
न पड़ेंगे तत विचारो।।
धनवंत लोग छीजेंगे।
तेरा क्या जाइगा भरथरी भिण्यारी।।
बीज नहीं अंकूर नहीं।
नहीं रूप रेष आकार नहीं।।
उदै अस्त तहां कथ्या न जाइ।
तहां भरथरी रह्या समाइ।।
मारी भूषर साधौ निंद।
सुपिनैं. जाता राषौ विंद।।
जुरा मरण नहीं व्यापै रोग।
कहै भरथरी धनि धनि जोग।।
नादा विंद बजाइलै दोऊ।
पुरिलै अनहद बासा।।
एकांतिका बासा सोधिले भरथरी।
कहै गौरष मछिन्द्र का दासा।।

ये दोनों वाणियां नागरी प्रचारिणी सभा द्वारा प्रकाशित "नाथ सिद्धों की वानियां" नामक पुस्तक से ली गयी हैं। भाषा कई सौ वर्ष पहले की होते हुए भी सुबोध है अर्थात् भली भांति समझ में आ जाती है। 'अजयपालजी की बानी' में जो "सुंनि" शब्द आया है वह विशेष महत्त्व रखता है। वह संस्कृत के शून्य शब्द का अपभ्रंश रूप है और वाणी में इसका आना बौद्ध प्रभाव का द्योतक है। दार्शनिक विवेचन में बहुत विस्तार में जाने की आवश्यकता नहीं है। परन्तु इस बात की ओर ध्यान आकृष्ट कर देना उचित होगा कि बौद्ध विचारशैली आगम और वैदिक तथा जैन तीनों से एक महत्त्वपूर्ण बात में नितान्त भिन्न है। वैदिक, आगम और जैन इन तीनों पंथों पर चलने वाले आत्मा की नित्यता को स्वीकार करते हैं। उसके अन्य लक्षणों के सम्बन्ध में चाहे उनमें आपस में जो भी मतभेद हो, पर तीनों ऐसा मानते हैं कि साधना की उच्चतम भूमि में पहुंच जाने पर आत्मा अपने सभी विकारों से छुटकारा पा जाता है। इसीलिए उस अवस्था के लिए ये लोग मोक्ष या मुक्ति जैसे शब्दों का प्रयोग करते हैं। बौद्ध ऐसा नहीं मानते। उनके अनुसार आत्मा की सत्ता की प्रतीति का सबसे बड़ा कारण अज्ञान है। आत्मा की सत्ता नहीं है। साधना के द्वारा जब योगी सर्वोच्च पद को प्राप्त करता है, उस समय आत्मा का कल्पित दीपक बुझ जाता है। इसलिए

लोग निर्वाण कहते हैं। महायान ग्रन्थों में इस प्रसंग में शून्य (कुछ नहीं) शब्द का बहुत व्यवहार हुआ है। शून्यवाद के कई भेदों की चर्चा आती है। शून्य, कुछ नहीं, भ्रान्ति से ही जगत् की प्रतीति होती है और उसी शून्य में इसका लय होगा। महायानी साधकों के संसर्ग से इस 'शून्य' शब्द को सिद्धों के वाङ्मय में प्रवेश का अवसर मिला। योग की कुछ विशेष भूमिकाओं को 'शून्य' कहा जाने लगा। शून्य ही नहीं, महाशून्य शब्द की भी सृष्टि हुई। अजयपालजी ने १२ शून्यों के अस्तित्व की चर्चा किया है। इस शब्द को नाथ-सिद्धों के परवर्ती योगी सम्प्रदायों ने भी अपना लिया।

नाथ सिद्ध काल के बाद देश के आध्यात्मिक जीवन ने एक साथ दो स्वतन्त्र मोड़ लिये। पहला मोड़ वैष्णव उपासना का था। श्री रामानुजाचार्य, श्री वल्लभाचार्य, श्री रामानन्द, श्री निम्बार्क और श्री मध्व जैसे कई विद्वान् इस काल में हुए। उन्होंने संस्कृत में दर्शन के ग्रन्थों का प्रणयन किया। परन्तु ये लोग दार्शनिक केवल नहीं थे। इनमें से प्रत्येक एक विशिष्ट वैष्णव उपासनाशैली का प्रवर्तक था। ये सब उपासना शैलियाँ भक्तिवाद के अन्तर्गत हैं। उनके अनुयायियों में कई लब्धख्याति कवि हो गये हैं, जिन्होंने अपनी रससिक्त रचनाओं के द्वारा आचार्यों के सन्देश को देश के कोने कोने तक पहुँचाया। इनमें से कुछ, जैसे तुलसीदास, सूरदास, मीराबाई के नाम आज आदर के साथ लिये जाते हैं और उनकी कृतियाँ आज भी श्रद्धा के साथ पढ़ी और गायी जाती हैं।

भक्तिवाद उस समय के लोगों की परिस्थितियों और मनोदशाओं के अनुरूप था। हिन्दू समाज सैकड़ों वर्षों से परतन्त्रता की बेड़ी में जकड़ा जा चुका था। उसके कई प्रसिद्ध तीर्थ और देवालय तोड़े और दूसरे परिवर्तनों से भ्रष्ट किये जा चुके थे। बलात् धर्म परिवर्तन भी किया जाता था। लोग अपना आत्मविश्वास खो चुके थे। हम कुछ कर सकते हैं, ऐसा भरोसा उनमें नहीं रह गया था। 'यदि कुछ हो सकता है तो वह भगवान् की कृपा से ही हो सकता है, हमारे पुरुषार्थ से नहीं' ऐसे लोगों को भक्तिभावना अपनी ओर सहज ही आकृष्ट करती थी। योग पुरुषार्थ की अपेक्षा करता है। अतः यह धारणा भी दृढ़ हो गयी थी कि योगाभ्यास कलिकाल के लिए नहीं है। इस पतित युग में तो भगवान् के नाम का स्मरण, कीर्तन, भगवच्चर्चा—गान आदि ही सम्भव है। सम्भव ही नहीं, मोक्ष के लिए यह साधना पर्याप्त है।

हरेर्नाम हरेर्नाम हरेर्नामैव केवलम्।
कलौ नास्त्येव, नास्त्येव नास्त्येव गतिरन्यथा॥

ऐसी दशा में यह बात सहज ही में समझ में आ सकती है कि भक्ति साहित्य में योग की चर्चा नहीं है और यदि कुछ मात्रा बहुत है तो निन्दापरक और यह दिखलाने

के लिए कि योगाभ्यास एक तो सम्भव नहीं है, बहुत कठिन है, दूसरे उसमें विघ्न बहुत हैं। और फिर वह अनावश्यक भी है। नीचे मैं तुलसीदास जी के रामचरितमानस से एक अवतरण देता हूं। इन चौपाइयों में तुलसीदास जी ने योग की निन्दा नहीं की है, परन्तु बहुत ही सुन्दर शब्दों में उसकी प्रशंसा करते हुए भी उस मार्ग के कंटकाकीर्ण व साथ साथ अनावश्यक श्रमसाध्य होने का प्रतिपादन किया है।

सुनहु तात यह अकथ कहानी। समुझत बनइ न जाइ बखानी।
ईश्वर अंस जीव अविनासी। चेतन अमल सहज सुख रासी।।
सो मायावस भयउ गोसाईं। बंध्यो कीर मरकट की नाईं।
जड़हि चेतनहि ग्रंथि परि गई। जदपि मृषा छूटत कठिनई।
तब ते जीव भयउ संसारी। छूट न ग्रंथि न होइ सुखारी।।
श्रुति पुरान बहु कहेउ उपाई। छूट न अधिक अधिक अरुझाई।
जीव हृदय तम मोह विसेषी। ग्रंथि छूट किमि परइ न देखी।
अस संजोग ईस जब करई। तबहुं कदाचित् सो निरुअरई।
सात्त्विक श्रद्धा धेनु सुहाई। जौं हरि कृपा हृदय बस आई।
जप तप व्रत जम नियम अपारा। जे श्रुति कह सुभ धर्म अचारा।।
तेइ तृन हरित चरै जब गाई। भाव बच्छ सिसु पाइ पन्हाई।।
नोई निवृत्ति पात्र बिस्वासा। निर्मल मन अहीर निज दासा।
परम धर्ममय पय दुहि भाई। अवटै अनल अकाम बनाई।।
तोष मरुत तब छमा जुड़ावै। धृति सम जावनु देइ जमावै।।
मुदिता मथै विचार मथानी। दम अधार रजु सत्य सुबानी।।
तब मथि काढ़ि लेइ नवनीता। विमल विराग सुभग सुपुनीता।।

दो०— जोग अगिनि करि प्रगट तब, कर्म सुभासुभ लाइ।
बुद्धि सिरावै ग्यान घृत, ममता मल जरि जाइ।।
तब विग्यानरूपिनी, बुद्धि बिसद घृत पाइ।
चित्त दिआ भरि धरै दृढ़, समता दिअटि बनाइ।
तीनि अवस्था तीनि गुन, तेहि कपास तें काढ़ि।
तूल तुरीय संवारि पुनि, बाती करै सुगाढ़ि।।

सो०— एहि विधि लैसे दीप, तेज रासि विग्यानमय।
जातहि जासु समीप, जरहिं मदादिक सलभ सब।।

सोहमस्मि इति बृत्ति अखंडा। दीप सिखा सोइ परम प्रचंडा।।
आतम अनुभव सुख सुप्रकासा। तब भव मूल भेद भ्रम नासा।
प्रबल अबिद्या कर परिवारा। मोह आदि तम मिटइ अपारा।
तब सोइ बुद्धि पाइ उजिआरा। उर गृह बैठि ग्रंथि निरुआरा।
छोरन ग्रंथि पाव जौं सोई। तब यह जीव कृतारथ होई।।
छोरत ग्रंथि जानि खगराया। बिघ्न अनेक करइ तब माया।
रिद्धि सिद्धि प्रेरइ बहु भाई। बुद्धिहि लोभ दिखावहिं आई।
कल बल छल करि जाहिं समीपा। अंचल बात बुझावहिं दीपा।
होइ बुद्धि जो परम सयानी। तिन्ह तन चितव न अनहित जानी।।
जौं तेहि बिघ्न बुद्धि नहिं बाधी। तौ बहोरि सुर करहिं उपाधी।।
इंद्री द्वार झरोखा नाना। तहँ तहँ सुर बैठे करि थाना।।
आवत देखहिं बिषय बयारी। ते हठि देहिं कपाट उघारी।।
जब सो प्रभंजन उर गृह जाई। तबहिं दीप बिग्यान बुझाई।
ग्रंथि न छूटि मिटा सो प्रकासा। बुद्धि बिकल भइ बिषय बतासा।
इंद्रिन्ह सुरन्ह न ग्यान सोहाई। बिषय भोग पर प्रीति सदाई।
बिषय समीर बुद्धि कृत भोरी। तेहि बिधि दीप को बार बहोरी।।

दोहा— तब फिरि जीव बिबिध बिधि, पावइ संसृति क्लेस।
हरि माया अति दुस्तर, तरि न जाइ बिहगेस।।
कहत कठिन समुझत कठिन, साधत कठिन बिबेक।
होइ घुनाच्छर न्याय जो, पुनि प्रत्यूह अनेक।।

ग्यान को पंथ कृपान कै धारा। परत खगेस होइ नहिं बारा।
जो निर्बिघ्न पंथ निर्बहई। सो कैवल्य परम पद लहई।
अति दुर्लभ कैवल्य परम पद। संत पुरान निगम आगम बद।
राम भजत सोइ मुकुति गोसाईं। अनइच्छित आवइ बरिआईं।
जिमि थल बिनु जल रहि न सकाई। कोटि भाँति कोउ करै उपाई।
तथा मोच्छ सुख सुनु खगराई। रहि न सकइ हरि भगति बिहाई।।
अस बिचारि हरि भगत सयाने। मुक्ति निरादर भगति लुभाने।।
भगति करत बिनु जतन प्रयासा। संसृति मूल अबिद्या नासा।।
भोजन करिअ तृपिति हित लागी। जिमि सो असन पचवै जठरागी।।
अस हरि भगति सुगम सुखदाई। को अस मूढ़ न जाहि सोहाई।।

दोहा—सेवकसेव्यभावबिनु, भव न तरिअ उरगारि।
भजहु राम पद पंकज, अस सिद्धान्त विचारि।।
जो चेतन कहं जड़ करै, जड़हि करै चैतन्य।
अस समर्थ रघुनायकहि, भजहिं जीव ते धन्य।।

इस भक्ति प्रवाह के समानान्तर वह दूसरी धारा वह रही थी जिसे निर्गुण पंथ या सन्तमत कहते हैं। निर्गुण कहने का तात्पर्य यह है कि इसमें किसी देवी देवता की पूजा नहीं होती, न ईश्वर की उपासना किसी मूर्ति के माध्यम से की जाती है। यह सीधा और प्रत्यक्ष योगाचार था। इसका प्रवर्त्तक किसी एक व्यक्ति विशेष को तो क्या कहा जाय, फिर भी इसको प्रशस्त करने का सबसे अधिक और सबसे प्रथम श्रेय कबीर को है। इसीलिए उनको बहुधा आदि सन्त भी कहा जाता है। कई प्रसिद्ध व्यक्तियों ने इस दुर्गम पथ पर चलकर लोगों को आध्यात्मिक कल्याण की दीक्षा दी है। इनमें से उदाहरण के लिए कुछ के ही नामों का संकेत किया जा सकता है जैसे : गुरुनानक, जगजीवनदास, पलटूदास, चरनदास, दादूदयाल, रैदास (रविदास) और गरीब दास। कुछ विशेष परिस्थितियों ने नानक के अनुयायियों को मुस्लिम शासकों से लड़नेवाली जाति के रूप में परिणत कर दिया, शेष महात्माओं के पंथ सारे उत्तर भारत में फैले हुए हैं। इनमें कुछ साधु और शेष गृहस्थ होते हैं। इन लोगों के सभी ग्रन्थ हिन्दी में हैं। कबीर ने एक जगह कहा है :

'संस्कृत कूप गभीर है, भाषा बहता नीर।'

सन्तमत नाथ और सिद्ध सम्प्रदायों के परवर्ती होने से उनसे बहुत कुछ प्रभावित हुआ है, यहाँ तक कि उनकी शब्दावली भी उसने बहुत दूर तक अपनायी है। परन्तु कुछ बातों में उस पर अपने समकालीन वैष्णवोत्थान का बहुत गहरा प्रभाव पड़ा है। उदाहरण के लिए सन्तों की वाणियों में बहुत जगहों पर ईश्वर के लिए उन्हीं नामों का प्रयोग हुआ है जिनका वैष्णव साहित्य में बाहुल्य है। राम, गोविन्द, गोपाल, नारायण, हरि—बहुधा यही सब नाम देख पड़ते हैं। कबीर एक जगह इस बात को दिखलाने का प्रयत्न करते हैं कि जब वह राम शब्द का व्यवहार करते हैं तो उनका तात्पर्य दाशरथि राम से नहीं होता। उनका विश्वास है कि राम नाम कहने से यदि आत्मकल्याण होने लगे तो खांड-खांड कहने से मुंह मीठा हो जायगा :

सांचो बाद वदे सो झूठा,
राम के कहे जगत्गति पावै,

यह बात सर्वथा सत्य है, परन्तु साधारण मनुष्य का यह भ्रम हो ही जाता है कि कबीर जैसे महात्मा जब राम जैसे शब्द के माध्यम से परमात्मा को याद करते है तो उनका तात्पर्य वही होता है जो तुलसी जैसे वैष्णव भक्त का। एक और वैष्णव प्रभाव पडा है। यद्यपि जैसा कि आगे दिखलाया जायगा, योग और भक्ति मे विरोध नही है, फिर भी दोनो म कोई भेद न मान लेना भी भूल है। योग मे कुछ न कुछ स्वावलम्बन की भावना होती है। कहा भी है

नायमात्मा बलहीनेन लभ्य ।

जो बलहीन है वह आत्मा का दर्शन नही कर सकता। परन्तु भक्ति पराश्रय के सहारे खडी होती है। भक्तिवादियो की देखा देखी निर्गुण पथो पर भी यह प्रभाव पडा कि इनम से बहुतो ने योगाभ्यास की जगह भजन शब्द का व्यवहार आरम्भ कर दिया। ऐसा नही है कि योग शब्द सर्वथा परित्यक्त हो गया हो। पलटू साहब एक जगह कहते है

रन का चढना सहज है मुश्किल करना योग।

परन्तु इसके साथ ही यह भी ठीक है कि भजन शब्द का व्यवहार बहुत बढ गया। एक और बात है। योग के लिए जिस दृढ निष्ठा की आवश्यकता मानी जाती है, जिस लगन क साथ ईश्वर साक्षात्कार के लिए प्रयास किया जाता है उसका भी विरह जैसा ही बहुधा वर्णन हुआ है।

निर्गुण प्रवाह अब भी चला जा रहा है। प्रसिद्ध राधास्वामी परम्परा उसी की एक शाखा है। इस समय भी बिहार मे महीदास जी उसका प्रचार कर रहे है। मेरी स्वय गुरु परम्परा भी इसी से सम्बद्ध है। यह कहना अनावश्यक है कि सन्तमत का साहित्य योग और तत्सम्बन्धी विषयो के चर्चे स भरपूर है।

जिन दिनो सन्त मत का उदय और प्रसार हुआ भारत म काफी मुसलमान सूफी बाहर स आ कर बस चुके थ और यहा जन्म ले चुके थे। वह लोग योगाचार का पालन करते थे। परन्तु बहुधा प्रतीक भाषा म अपने भावो को व्यक्त करते थे और या फिर अरबी के पारिभाषिक शब्दो स काम लेते थ जैस नासूत, मलकूत लाहूत इत्यादि। परन्तु कभी कभी इनम से कोई महात्मा हिन्दी म प्रचलित योग सम्बन्धी शब्दो को भी अपना लेता था। उदाहरण के लिए चिश्ती घराने के शिष्य नियाज़ ने एक जगह लिखा है

अव्वलो आखिरश चूं बेहद शुद ।
जा सबब नाम ऊ ब अनहद शुद ।

यह उस दिव्य नाद के प्रसंग में है जिसकी, कहा जाता है कि योगियों को अनु-अनुभूति होती है। नियाज़ के अनुसार चूंकि उसका आदि और अन्त वेहद है। इसलिए उसका नाम अनहद पड़ गया। यह व्युत्पत्ति वहुत ठीक नहीं है। वस्तुतः अनहद अनाहत का विगड़ा हुआ रूप है। उस नाद को अनाहत इसलिए कहते हैं कि वह आघात से, अर्थात् दो वस्तुओं के एक दूसरे के टकराने से, उत्पन्न नहीं होता प्रत्युत स्वतः उत्पन्न होता है। परन्तु शब्द की व्युत्पत्ति के सम्बन्ध में भले ही भूल हो गयी हो यह तो स्पष्ट ही है कि नियाज़ अनहद शब्द से परिचित थे और यह भी जानते थे कि उसका अर्थ क्या है। कई मुसलमान साधुओं ने तो विल्कुल उसी ढंग की वाणियां कहीं है जैसे कि निर्गुण पंथ के उन महात्माओं ने जिनको हिन्दू कहा जा सकता है।

हिन्दू और मुसलमान में चाहे हज़ार मतभेद रहे हों और झगड़े फ़िसाद की नौबत आती रही हो परन्तु योग और उससे उत्पन्न ज्ञान वह मंच था जहां दोनों ही मिलते थे। सन्त योगी और मुस्लिम सूफ़ी मिलते थे, एक दूसरे के साथ सत्संग करते थे। सन्तों के शिष्यों में मुसलमान और सूफ़ियों में हिन्दू हुआ करते थे। आपस में मिलने जुलने के कारण एक दूसरे के पारिभाषिक शब्दों का भी कभी कभी प्रयोग होता रहता था। उदाहरण के लिए इन तीन रचनाओं को देखिए : प्रथम दो सूफ़ी फ़कीरों की है और तीसरी एक प्रसिद्ध सन्त योगी की।

यारी साहव का शब्द :

झिलमिल झिलमिल वरखै नूरा, नूर जहूर सदा भरपूरा।
रुनझुन रुनझुन अनहद वाजै, भंवर गुंजार गगन चढ़ि गाजै।।
रिमझिम रिमझिम वरखै मोती, भयो प्रकास निरंतर जोती।।
निरमल निरमल निरमल नामा, कह यारी तहं लियो विस्रामाए।

वुल्लाशाह की वाणी :

टुक वूझ कवन छप आया है।
इक नुक़ते मे जो फेर पड़ा, तव ऐन गैन का नाम धरा।
जव मुरसिद नुक़ता दूर किया, तव ऐनो ऐन कहाया है।।
तुसीं इलम किताबां पढ़दें हो, केहे उलटे माने करदे हो।
वेमूजव ऐवें लड़दे हो, केहा उलटा वेद पढ़ाया है।।
दुई दूर करो कोई सोर नहीं, हिंदु तुरक कोइ होर नहीं।
सव साधु लखो कोइ चोर नहीं, घट घट में आप समाया है।।
ना मैं मुल्ला ना में काज़ी, ना मैं सुन्नी ना मैं हाजी।

पल्टू साहिब की वाणी :

साहेब साहेब क्या करे, साहेब तेरे पास।।
साहेब तेरे पास याद कर होवे हाजिर।।
अन्दर धसके देख मिले तब साहेब नादिर।।
रूह करे मेराज कुफ्र का खुले कुलाबा।
तीसो रोजा रहते अन्दर मात रकाबा।
लामकान मे रब्बको, पाया पल्टू दास।
साहेब साहेब क्या करे साहेब तेरे पास।।

यदि ऊपर के अवतरणो मे मुस्लिम सूफियो ने अनहद जैसे सस्कृत के तत्सम् शब्दो का व्यवहार किया है तो इसका तात्पर्य यह नही है कि उनके यहा उसके लिए पारिभाषिक शब्दो की व्यवस्था नही थी। एक सूफी महात्मा कहते है :

खबर देह इलाही मरा जा मकाम।
कि बेसौत आंजा बेरोयद कलाम।।

परमात्मा मुझको उस स्थान का परिचय दे जहां विना शब्द के नाद गूंजता रहता है।

इस बात की ओर पहले भी सकेत किया जा चुका है कि बौद्ध धर्म के माध्यम से योग शब्द और योगाभ्यास की प्रक्रिया का प्रचार भारत और बाहर के देशा मे पहुचा। लका, बरमा, श्याम मे हीनयान तथा मध्य एशिया, तिब्बत, चीन, कोरिया और जापान मे महायान का प्रचार हुआ। महायान सम्प्रदाय तान्त्रिक उपासना शैली से ओतप्रोत है। हीनयान उससे प्राय अस्पृष्ट है परन्तु योग का चर्चा तो दोनो मे ही है। विदेशो मे पहुचकर योग और योग सम्बन्धी अन्य पारिभाषिक शब्दो की तत्तद् देशा की बोलिया के अनुसार काया बहुत बदल गयी। यहा तक कि उनको पहिचानना भी कठिन हो गया है। उदाहरण के लिए चीन और जापान मे द्ज्यान शब्द का बहुत चर्चा रहता है और जब तक बहुत यत्नपूर्वक विचार न किया जाय तब तक इस रूप मे ध्यान शब्द को पहिचानना कठिन हो जाता है।

वर्तमान काल मे पिछले सौ डेढ सौ वर्षों मे पश्चिम के देशा और भारत के बीच मे अन्य बातो के साथ साथ वैचारिक आदान प्रदान भी बहुत हुआ है। भारतीय वाङ्मय का बडे विस्तार से अनुवाद किया गया है और विश्वविद्यालयो मे भी उनके अध्ययन से अध्यापन की प्रचुर मात्रा मे व्यवस्था है। इस युग के आरम्भ मे कुछ पादरियों

ने निश्चय ही भारत के आध्यात्मिक अनुशीलन को विकृत रूप में दिखलाने का प्रयत्न किया था। परन्तु अब तो बहुत दिनों से भारतीय विद्वान् और धर्म प्रचारक उन देशों में जाते रहे हे और पाश्चात्य जगत् के सामने भारत के सच्चे चित्र को रखने में बहुत दूर तक सफल भी हुए हैं। उपनिषदों के अनुवाद तो बहुत पहले से पाश्चात्य विद्वानों को प्रभावित कर चुके हैं। भगवत् गीता, को भी यही गौरव प्राप्त हैं। जब शोपेनहार ने यह कहा था कि "उपनिषदों का अध्ययन मेरे जीवन को सान्त्वना देता रहा है और मृत्यु के समय भी मुझे सान्त्वना देगा" तो उपनिषद् ग्रन्थों के तत्वमसि और अहम् ब्रह्मास्मि जैसे वाक्यों के साथ साथ उनके योग का महत्त्व बतलाने वाले वाक्य भी पश्चिमी जगत् के सामने पहुंच चुके थे। उपनिषदों में स्पष्ट शब्दों में कहा है कि यम ने नचिकेता को केवल ब्रह्म ज्ञान की शास्त्रीय व्याख्या नहीं पढ़ायी वरन् **योगविधिं च कृत्स्नम्**—(सम्पूर्ण योग विधि) भी बतलायी। भगवत् गीता का पश्चिम की सभी भाषाओं में अनुवाद है। जो लोग उस पुस्तक को पढ़ते होंगे वह जहां एक ओर **वासुदेवः सर्वमिति** यह सब वासुदेव है, इस तात्त्विक उपदेश को ग्रहण करते होंगे, वहां छठें अध्याय के योग शासन को पढ़ते ही होंगे। स्वामी विवेकानन्द और स्वामी रामतीर्थ के भाषणों में भी भारतीय विचारधारा का परिचय कराया गया है। स्वामी विवेकानन्द की पुस्तक राजयोग तो मुख्य रूप से अंग्रेजी जानने वाले पाठकों के लिए लिखी गयी है। पश्चिम में ऐसे लोगों की संख्या बराबर बढ़ती ही जाती है जो योग के विषय में अभिरुचि ले' रहे हैं। पैरासाइकालोजी सम्बन्धी शोधों ने एतद्विषयक जिज्ञासा को और भी उद्दीप्त कर दिया है।

अभी तक जिस सन्दर्भ में योग शब्द का चर्चा हुआ है उससे भिन्न स्थलों पर भी कभी कभी इसका उपयोग होता है। श्रीकृष्ण ने गीता में एक जगह कहा है कि **योगः कर्मसु कौशलम्**—कुशलता के साथ कर्म करने का नाम योग है। कभी कभी तो ऐसे भी प्रयोग होते हैं जो भ्रामक हो सकते हैं। ज्योतिष में ग्रहों और नक्षत्रों की विशेष स्थितियों को योग कहते हैं। इसी प्रकार आयुर्वेद में औषधियों के सम्मिश्रण से योग बनते हैं। इन स्थलों पर तो अभिधार्थ से काम चल जाता है, शब्द का अर्थ निकल आता है। परन्तु कहीं कहीं तो बहुधा धोखा होता है। उदाहरण के लिए आयुर्वेद में समाधि शब्द विलक्षण अर्थ में आता है। जब वात, पित्त और कफ तीनों दोष एक साथ उद्दीप्त होते हैं तो उस अवस्था को सन्निपात कहते हैं तथा जिस समय यह तीनों दोष समान रूप से एक साथ शान्त हो जाते है तो उस अवस्था को समाधि कहते हैं यह स्पष्ट ही है कि यह अवस्था मरण की सूचक है।

इस अध्याय में मैंने इस बात का दिग्दर्शन कराने का प्रयत्न किया है कि भारत के कई सहस्र वर्षों के इतिहास में योग और उससे सम्बन्ध रखने वाले शब्दों का व्यवहार

धार्मिक और आध्यात्मिक वाङ्मय मे जो भारतीय आत्मा की अभिव्यक्ति का सबसे विशद और व्यापक माध्यम है, सर्वत्र व्याप्त हो गया है। हमारे आध्यात्मिक जीवन ने बहुत से परिवर्तन देखे। उसने कई मोड लिये। पर योगाचार से दूर कभी नही गया। यह वह दृढ यष्टि थी जिसने हमारे जीवन को शब्दाडम्बर मात्र मे बहकने से बराबर रोका है और उसको गाम्भीर्य प्रदान किया है। जहा जहा भारतीय प्रभाव पहुचा वहा वहा योगाचार भी पहुचा और आज भी उसका सौरभ दिगन्त मे फैल रहा है। आज के युग मे भौतिकता का सर्वत्र साम्राज्य है। भारत स्वय इससे आक्रान्त हो रहा है। भौतिकता के कारणो मे श्रद्धा बहुत कम हो गयी है। फिर भी योग मे अभिरुचि है और बढ़ती जा रही है।

सम्भवत किसी के चित्त मे यह शका उठ सकती है कि अध्यात्म से तो योग से सम्बन्ध है परन्तु धर्म से तो उसका कोई प्रत्यक्ष सम्बन्ध नही है। धर्म तो मुख्यतया आचार, सदाचार का नाम है। इस प्रसग म मनुस्मृति का यह वाक्य ध्यान मे रखने योग्य है

अय तु परमो धर्म्म, यद् योगेनात्मदर्शनम् ।

योग के द्वारा आत्मा का दर्शन करना सबसे बडा धर्म है।

अध्याय २

योग और योगी के सम्बन्ध में विभिन्न विचार

जो शब्द इतना व्यापक हो और जिसका प्रचार इतने दीर्घ काल से होता आ रहा हो, उसके अर्थ के सम्वन्व में लोगों में पर्याप्त अभिज्ञता होनी चाहिये। खेद है कि हम योग के सम्वन्व में यह वात निश्चित रूप से नहीं कह सकते। योग शब्द का कुछ तो अर्थ लोकवुद्धि में है ही और उस अर्थ में योग के शास्त्रीय अर्थ की कुछ प्रतिच्छाया भी है ही, इतना मानते हुए भी यह कहना पड़ता है कि एक प्रकार से योग के सम्वन्व में "मुंडे मुंडेमतिर्मिन्ना" जितने व्यक्ति हैं उतने ही योग के अर्थ । स्वमावतः योग के साथ योगी का अर्थ भी सव के लिए एक सा नहीं है।

हमारे नगरों और ग्रामों में वहुवा घूमते फिरते "जोगी" देख पड़ जाते हैं। जोगीपन इन लोगों का पैतृक व्यवसाय है। पूरा नहीं तो शरीर के ऊपरी भाग का कपड़ा तो गेरुए रंग का होता है, नीचे घोती भले ही श्वेत हो। गले में मालाएं पड़ी होती हैं, हाथ में भी काला वागा प्रायः वंधा रहता है। इनमें कोई कोई गऊ या वैल लेकर निकलते हैं। कभी कभी तो वैल के पीठ पर कोई कृत्रिम विकृत अंग लगा रहता है। झाड़ फूंक, जादू टोना, गंडा तावीज देना, यही इनका काम है। वहुधा गोपीचन्द भरथरी आदि से सम्वन्व रखने वाले गीत भी गाते हैं। वहुत सम्भव है कि किसी समय इनके पूर्व पुरुषों का किन्हीं योगी सम्प्रदायों से सम्वन्ध रहा हो। पीछे से यह लोग धीरे धीरे गृहस्थ हो गये और अव किसी न किसी रूप में भिक्षा मांगना ही इनका व्यवसाय रह गया। वस रंगा कपड़ा, और कुछ सिद्ध नाथों की रचनाएं पुराने सम्वन्व की याद दिलाती हैं। कहने को अव भी अपने को "जोगी" कहते जाते हैं।

यह स्पष्ट ही है कि इस प्रकार योगी का जो चित्र लोकवुद्धि पर खिचता है वह आदरास्पद नहीं होता। कुछ साधु वृन्दों ने भी वड़ा ही विकृत रूप जनता के सामने रखा है। उदाहरण के लिए अघोर पंथ को लिया जा सकता है। इस शब्द का लोक में प्रचलित भ्रष्ट रूप "अघोरी" है।

रुद्र के पांच मुख हैं—ईशान, सद्योजात, तत्पुरुष, वामदेव, और अघोर। इन मुखों से युक्त रुद्र शंकर की पांच मूर्तियां हैं। पांचों की उपासना होती है, पांचों के

मन्त्र पृथक् है। शैव समुदाय मे ऐसा विश्वास है कि "अघोरान्नापरो मन्त्र" अघोर से श्रेष्ठ कोई मन्त्र नही है, अघोर की उपासना सर्वश्रेष्ठ है।

यजुर्वेदोक्त अघोर मन्त्र इस प्रकार है

अघोरेभ्योऽथ घोरेभ्यो घोरघोरतरेभ्य.।
सर्वेभ्यः सर्वशर्वेभ्यो नमस्ते अस्तु रुद्ररूपेभ्य॰॥

परन्तु आज के अघोरी मत मे नाम के सिवाय इस वैदिक अघोर मार्ग से को साम्य प्रतीत नही होता। जहा तक मैं देख पाया हू, वे लोग शैव नही हैं। तान्त्रिक की भाति वे लोग भी मद्य और मास का व्यवहार करते हैं परन्तु उनकी उपासना में मैथुन का कोई स्थान नही है। उनके आचार मे कई बातें बडी ही घृणास्पद और अमेध्य होती हैं। कोई कोई अघोरी साधु मलमूत्र तक को खाते पीते देखा जाता है लोगो का विश्वास है कि ये लोग शुद्ध खाद्य और पेय वस्तुओ को अपनी योगज शक्ति से ऐसे दिखावटी भ्रष्ट रूप दे दिया करते हैं ताकि लोग उनसे घिन मानकर दूर रहें और ससारी कामो के लिए तग न करें। मैं नही जानता कि किसी को सचमु किसी अघोरी साधु में ऐसी शक्ति का प्रमाण मिला है या नही परन्तु अपने घ के बगल से बहती म्युनिसिपल गदी नाली मे से निकाल कर पानी पीते तो मैंने स्व देखा है। उस समय मैं आठ-नौ वर्ष का रहा हूगा।

साधारण "जोगी" तो भिक्षुक है पर अघोरी से लोग डरते हैं। वर्त मान अघोरी सम्प्रदाय के प्रवर्तक तो बाबा किनाराम जी प्रसिद्ध हैं। व काशी के राजा चेतसिंह के समसामयिक थे। दो ढाई सौ वर्ष हुए होगे। किनाराम ज के महायोगी होने की प्रसिद्धि तो है ही, उनके परवर्तियो मे भी कई सिद्ध पुरुष हो गये है, ऐसा माना जाता है। उन लोगो की सिद्धि की धाक बैठी हुई है, लोग समझते हैं कि अब भी इन साधुओ मे कई अच्छे योगी होते हैं।

साधारणत॰ ऐसा विश्वास है कि योगी ऐसा पुरुष होता है जिसने कठोर साधन के द्वारा चमत्कारी कामो को करने की क्षमता प्राप्त कर ली है। "चमत्कारी" से मेरा तात्पर्य ऐसे कामो से है जो भौतिक साधनो से काम लिए बिना किये जाय या य कहिये कि जो ऐसे साधनो से सम्पन्न हो जो मनुष्यो को साधारणत उपलब्ध न हो। यदि कोई मनुष्य हवा में उडता है या पेड पर बैठ कर घूमता फिरता है तो यह चमत्कारी काम होगा। कोई व्यक्ति इन कामो को कर सकता है या नही, यह न्यारी बात है, प लोग ऐसा मानते हैं कि योगी लोग ऐसा कर सकते हैं। जिस शक्ति का सचय सर्व साधना के द्वारा किया जाता है उसको सिद्धि शक्ति या सिद्धि कहते हैं। सिद्धिया छोटी

बड़ी अनेक प्रकार की होती हैं। दूर की वस्तु देख लेना या दूर की बात सुन लेना, स्पर्श करके या यों ही दृष्टि मात्र से किसी को रोगमुक्त कर देना, ऐसे कामों की गणना छोटी सिद्धियों में है परन्तु आठ बड़ी सिद्धियां मानी जाती हैं। इनको अष्टमहासिद्धि कहते हैं। इनके नामों के सम्बन्ध में थोड़ा बहुत मतभेद है पर मुख्यतया यह नाम लिये जाते हैं :

(१) **अणिमा**—अपने को परमाणु के समान हल्का बना लेना
(२) **गरिमा**—अपने को जितना चाहे भारी बना लेना
(३) **लघिमा**—अपने को जितना चाहे छोटा बना लेना
(४) **महिमा**—अपने को जितना चाहे बड़ा बना लेना
(५) **वशित्व**—दूसरों को अपने वश में कर लेना
(६) **यथाकामावसायित्व**—समूचे विश्व में चाहे जहां पहुंच जाना
(७) **प्राप्ति**—गुप्त से गुप्त वस्तुओं को प्राप्त कर लेना
(८) **ईशित्व**—ईश्वरभाव, दूसरों की रक्षा करने की सामर्थ्य

यों तो यदि किसी व्यक्ति में ऐसे अद्भुत कामों के करने की शक्ति हो तो लोग उससे डरेंगे भी, उसका सम्मान भी करेंगे परन्तु योगियों की जो बात लोगों को सबसे अधिक प्रभावित करती है वह उनकी अनुग्रह-निग्रह की शक्ति है। अनुग्रह से तात्पर्य है आशीर्वाद देना और निग्रह से शाप देना। लोग योगियों से धन, अभ्युदय, सन्तान की भीख मांगते ही रहते हैं और उनके रुष्ट होने से डरते भी रहते हैं।

इस विषय का आगे चलकर पुनः किंचित विस्तार से निरूपण होना है अतः इसे तो मैं यहीं छोड़ता हूं।

योगी लोग चमत्कारिक कामों की करने की शक्ति रखते हैं—यह विश्वास हमारी सैकड़ों वर्षों की अनुश्रुतियों से हमको मिला है। देव देवियों की विलक्षण सिद्धि शक्तियों से युक्त होने का चर्चा तो मिलता ही है, साधु और महात्माओं के सम्बन्ध में भी ऐसी कथाओं का प्राचुर्य है। प्रायः प्रत्येक ऋषि के सिद्धियुक्त होने की कथा मिलती है। वशिष्ट, विश्वामित्र और व्यास, सब के सम्बन्ध, में ऐसी बातें कही जाती हैं। दुर्वासा के शाप से बड़े बड़े राजा महाराजा कांपते थे। च्यवन ऋषि ने सभी देवों के आसन हिला दिये थे। वृहदारण्यक उपनिषद् के अनुसार जब याज्ञवल्क्य से कोई बहुत कठहुज्जती करता था तो वह उससे कहते थे कि अब बकबक न करो नहीं तो—मूर्धा ते व्यपतिष्यति—तुम्हारा सिर फट कर गिर जायगा। सावधान न होने पर एक व्यक्ति को इस प्रकार प्राण देने ही पड़े। कम से कम एक बार तो बुद्धदेव के भी ऐसा करने की कथा मिलती है। राम, कृष्ण के सम्बन्ध में भी इसी प्रकार बहुत सी कथाएं प्रसिद्ध

हैं। नारद जी एक स्थान से दूसरे स्थान को प्राय आकाश मार्ग से ही जाया करते। दूसरे देशो के महापुरुषो के सम्बन्ध म भी ऐसी ही कथाए प्रसिद्ध है और ऐ चमात्कारिक कथाओ की परम्परा मे अब भी वृद्धि होती जाती है। उत्तर प्रदश के गा पुर जिले मे मुरकुडा नाम का एक गाव है। वहा सन्तमत के भीखा साहब नाम के महात्मा हो गय हैं। उनके सम्बन्ध म एक कथा प्रचलित है कि एक बार सबेरे अ घर के पास एक टूटी दीवारे पर बैठे दातुन कर रहे थे। इतन म समाचार मिला आपस मिलने एक महात्मा शेर पर चढ कर आय हैं। भीखा साहब न कहा कि मेरे प तो कोई सवारी नही है जिस पर चढकर उनका स्वागत करू। चल भीत तू ही च और भीत उनको लिय आगे बढ चली। ऐसी ही कथा महाराष्ट्र के सन ज्ञानेद के सबध मे सुनी जाती है। ऐसी कथाओ की सृष्टि थोडी बहुत आज भी होती रह है। जिसको किसी साधु महात्मा पर श्रद्धा होती है उसको उस महापुरुष को साधार से साधारण बात मे सिद्धि शक्ति के प्रमाण मिलते हैं। इतना ही नही, लो किसी व्यक्ति को योगी या अच्छा साधु तब तक मानने को तैयार नही होते जब त उसम ऐस असाधारण शक्ति के प्रमाण न मिल जाय। मैंने स्वय इस प्रकार का ए दृश्य देखा है। काशी मे थियोसोफिकल सोसायटी का वार्षिक कन्वेंशन हो रहा था औ उसम प्रवचन करने के लिए श्री कृष्णमूर्ति आय थे। उनको सोसायटी मे अवतारी पुर और युग महात्मा माना जाता था। पानी बड जोरो का बरसा और शामियाना आदि गिर गय। दूसरे दिन एक व्यक्ति ने उनसे लिखकर पूछा कि देवगण आपसे क असहयोग कर रह हैं? ऐसे अवसर पर ईसा और दूसरे महापुरुषो ने आधी-पानी क शान्त करके अपन प्रवचन जारी रखे थे।

यह कोई जरूरी बात नही है कि जिस योगी म सिद्धिया देखी जाय वह नैति दृष्टि से सर्वथा निर्विकार हो। प्राचीन काल म भी विश्वामित्र आदि कई महात्माओ की ऐसी कथाए मिलती हैं जो नैतिकता के कठोर मार्ग से स्खलित हो गये। वे सद के लिए पतित नही हुए परन्तु एक बार तो च्युत हुए ही। ऐसे तो कई साधुओ उपाख्यान मिलते हैं जिन्होने राज्य या अन्य भोग के लिए दीर्घ तप किया और कुछ सि प्राप्त की। लोकबुद्धि ऐसी बातो से बहुत क्षुब्ध नही होती। वह मान लेती है कि य मार्ग इतना कठिन है कि इस पर चलने वाला कभी कभी फिसल जाता है मानव चरित्र का दीर्घ अनुभव ऐस गिरने को भी सहानुभूति का पात्र बन देता है।

जब लोग किसी को योग के ऊचे आसन से भ्रष्ट होते देखते है तो या तो उसको दया की दृष्टि से देखते हैं या हस देते हैं उभयत यह समझते हैं कि यह बडी कठिन सीढी है, इस पर चढना बडे जीवट का काम है—क्षुरस्य धारा निशिता दुरत्यया—

तीखे छुरे की धार है, जिस पर चलना बहुत कठिन है। इस सम्बन्ध में कबीर ने कहा है :

साध संग्राम है विकट बेड़ा मती, सती और सूर की चाल आगे।
सती घमसान है पलक दो चार का, सूर घनसान पल एक लागे।
साध संग्राम है रैन दिन जूझना, देह पर्यन्त का काम भाई।
कहत कबीर टुक बाग ढीली करै, उलट मन गगन से जमीं आई।।

यही कह सकते हैं कि "यहि सर धावत अति कठिनाई" लोकबुद्धि भी इस बात को समझती है।

यह सब तो एक प्रकार से योगी के बाहरी रूप की नाप-तोल है, योगी क्या करता है या कर सकता है इससे उसके अन्तरंग का वह क्या है—का अनुमान लगाया जाता है। सामान्यतः इसके सिवाय जनसाधारण के लिए कुछ और सम्भव भी नहीं है। योगी के सत्संग में दीर्घ काल तक बैठ कर उसके विषय में जानकारी प्राप्त करने का सब को अवकाश नहीं है।

योग शब्द 'युज्' धातु से निकला है जिसका अर्थ है मिलना, जुड़ना। यह माना जाता है कि योग वह क्रिया कलाप है जिससे जीवात्मा परमात्मा से मिलता है। अतः योगी वह व्यक्ति है जिसका आत्मा परमात्मा से मिल चुका है या मिलने का प्रयास कर रहा है। साधारण व्यक्ति तो इन बारीकियों को जानता, समझता नहीं परन्तु जो लोग सिद्धान्ततः योग को जीवात्मा और परमात्मा के मिलने का साधन मानते हैं, वे जीव और ईश्वर के विषय में विभिन्न मत रखते हैं। किसी के मत में वे दोनों विजातीय हैं। एक दूसरे से भिन्न हैं और रहेंगे। इनके मिलने का अर्थ यही है कि जीव अपने दोषों के ऊपर उठकर ईश्वर के अनन्त तेज, अनन्त सौंदर्य, अनन्त माधुर्य का नित्य अनन्त आनन्द लेता रहे। दूसरों के अनुसार जीव और ईश्वर सजातीय हैं, जीव ईश्वर का अंश है। वस्तुतः ईश्वर को टुकड़ों में बांटने वाला कोई पदार्थ नहीं है। अज्ञानवशात् यह अंश-अंशी का भाव उत्पन्न हो गया है। योग के द्वारा यह अविद्या दूर हो जाती है और जीव को ईश्वर से अपने अभेद का अनुभव हो जाता है और वह अपने शुद्ध रूप में स्थित हो जाता है। यह तो स्पष्ट ही है कि जो लोग ईश्वर के सम्बन्ध को अंश-अंशी भाव के रूप में नहीं मानते उनको योग के विषय में इस प्रकार के मत अमान्य होंगे।

श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता में कहा है—"समत्वं योग उच्यते"—समत्व को योग कहते हैं। स्पष्ट ही यहां साध्य और साधन दोनों के लिए एक ही शब्द का व्यवहार हुआ है। समत्व के अभ्यास से योगमार्ग पर चलने में सफलता मिलती है और ज्यों ज्यों

नही है, योगी का अनिवार्य आनुषंगिक गुण है। कोई किसी भी सम्प्रदाय का हो, समत्व की महत्ता को सभी स्वीकार करते है। जिसमे यह गुण नही है वह और चाहे जो कुछ हो परन्तु योगी नही कहा जा सकता। समत्व का स्वरूप श्रीकृष्ण ने स्वय गीता के द्वितीय अध्याय मे बतलाया है :

दुःखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः।
वीतरागभयक्रोधः स्थितधीर्मुनिरुच्यते ॥५६॥
यः सर्वत्रानभिस्नेहस्तत्तत् प्राप्य शुभाशुभम्।
नाभिनन्दति न द्वेष्टि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता॥

जो सुख के प्रति नि स्पृह रहता है और दु ख से उद्विग्न नही होता, जो रागभय और क्रोध से परे रहता है, उसको स्थिति बुद्धि कहते हैं। जो शुभाशुभ के प्राप्त होने पर सदा निर्लिप्त रहता है, न प्रसन्न होता है न द्वेष करता है, उसकी बुद्धिस्थित है। श्रीरामचन्द्र की समत्वपूर्ण बुद्धि का तुलसीदास जी ने यो वर्णन किया है :

प्रसन्नतां या न गताभिषेकतः, तथा न मम्लौ वनवासदुःखतः।
मुखाम्बुजश्री रघुनन्दनस्य मे . . "॥

श्री रघुनन्दन के मुखकमल की श्री न तो अभिषेक से प्रसन्न हुई न वनवास के दु ख से मलिन हुई। योगी के लिए सुख-दुख, हर्ष-शोक, मान-अपमान दोनो बराबर हैं। श्रीकृष्ण ने यह उपदेश दिया है

योगस्थः कुरु कर्माणि, सग त्यक्त्वा धनंजय।
सिद्ध्यसिद्ध्यो. समो भूत्वा, समत्व योग उच्यते॥ ४८

हे धनजय, योगभाव मे स्थित होकर कर्म करो। कर्म के फल के प्रति मोह छोड दो और सिद्धि तथा असिद्धि मे समान भाव से रहो—कर्तव्यबुद्धि से कर्म करो, फल की लिप्सा से नही। समत्व को योग कहते है।

जो लोग योग का जीवेश्वर सयोग का साधन नही मानते, वह भी उसकी उपयोगिता स्वीकार करते हैं। उनकी मान्यता को यो समझ सकते है। किसी कटोरी मे जल डालकर उसमे सोने का टुकडा डाल दिया जाय। वह नीचे डूब जायगा। यदि जल शुद्ध और निश्चल हो तो हम उस सोने के टुकड को देख सकते हैं परन्तु यदि उसमे मिट्टी मिली हो और वह हिल रहा हो तो सोना या तो देख पडेगा ही नही या विकृत रूप मे। उसको देखने के लिए ऐसा उपाय करना होगा कि जल की मिट्टी निकल न जाय तो कम स कम नीचे बैठ जाय और बर्तन का हिलना बद हो जाय। आत्मा सोने की

भांति शुद्ध बुद्ध चैतन्य है परन्तु हम उसका सीधा साक्षात्कार नहीं करते, चित्त के माध्यम से करते हैं। चित्तरूपी जल उसकी यथावत् अनुभूति नहीं होने देता। चित्त में पहला दोष तो कामक्रोधादि वासनाएं हैं, पुराने संस्कार हैं। इन सब को मल कहते हैं। दूसरा दोष यह है कि चित्त चंचल रहता है। इस दोष का नाम विक्षेप है। चित्त की चंचलता योगाभ्यास से दूर होती है। प्रायः वेदान्त के आचार्य योगाभ्यास की जगह निदिध्यासन शब्द का व्यवहार करते हैं। निदिध्यासन से समाधि में स्थित निश्चल चित्त में आत्मस्वरूप को आवृत करने की शक्ति नहीं रह जाती। तब आत्मसाक्षात्कार होता है। इस प्रकार योग कोई नयी शक्ति नहीं प्रदान करता और न कोई नयी योग्यता उत्पन्न करता है परन्तु आत्मदर्शन के मार्ग में चित्त द्वारा उत्पन्न हुई बाधा को दूर करता है, जिस चश्मे से देखता है उसको स्वच्छ कर देता है। इसीलिए अपने वेदान्त भाष्य में योगदर्शन के सिद्धान्त का खंडन करके भी श्री शंकराचार्य्य ने यह स्पष्ट कर दिया है कि योग की क्रिया का खंडन उनको अभीष्ट नहीं है। स्वयं सूत्रकार व्यास ने "आसीनः सम्भवात्" जैसे सूत्रों में इस ओर संकेत किया है।

आजकल शिक्षित समुदाय का ध्यान एक विशेष प्रसंग में योग की ओर गया है। योग के सम्बन्ध में मयूर आसन, सर्वांगासन, हलासन, शीर्पासन, जैसे कई आसनों के नाम लिये जाते हैं। इनमें से कई स्वास्थ्य के लिए उपयोगी हैं और किसी किसी रोग का शमन भी करते हैं। कुछ स्थानों में इनकी नियमित शिक्षा दी जाती है। इनमें लोनावला का कैवल्यधाम विशेष प्रसिद्ध है। लोगों को आसनों से लाभ होता है, इसमें सन्देह नहीं है। बहुत लोग इस उद्देश्य से आसनों की ओर प्रवृत्त हो रहे हैं। उनके लिए योग का इतना ही उद्देश्य है।

मैं पहिले अध्याय में कह आया हूं कि अब योग शब्द पश्चिम देशों में पहुंच गया है। वहां योग के विषय में बहुत अभिरुचि ली जा रही है और योग विषयक साहित्य बड़े चाव से पढ़ा जाता है। पाश्चात्य जगत् जहां भौतिक उन्नति में जगद्वन्द्य है वहां वह धीरे धीरे भौतिकता से ऊब भी चला है। परमाणु शक्ति से खेल रहा है और अपने इस भयानक खिलौने के सम्भव परिणामो को सोचकर कांप भी रहा है। वह त्राण चाहता है और वह त्राण उसको अध्यात्म की शरण जाने में ही देख पड़ता है। अध्यात्म में और तो बहुत सी बातें आडंबर जैसी प्रतीत होती हैं, योग ही ठोस और निश्चित फलदायक प्रतीत होता है। अतः कुछ पश्चिमी विचारकों के कथनों को देना भी उचित प्रतीत होता है। मुझे दृढ़ विश्वास है कि इन लोगों के निष्ठापूर्ण वाक्य भारतवासियों के लिए भी हितकर सिद्ध होंगे। यहां बहुत से लोग योग की बात किस्से-कहानी की भांति पढ़कर सन्तुष्ट हो जाते हैं पर इन पाश्चात्य जिज्ञासुओं के सामने वैयक्तिक और सामूहिक जीवन मरण की समस्याएं हैं। उन समस्याओं का सामना हमको भी करना

होगा पर अभी हमने गहराई स सोचना नही सीखा। हमको लगता है कि जिन विपत्तियों की पश्चिम म कल्पना की जा रही है वे हमसे बहुत दूर है। यह हमारी अदूरदर्शिता है। बुद्धिमानी इसी म है कि इस अनागत परन्तु अवश्यम्भावी दिन के लिए अभी स तैयारी करें। यह पश्चिम की बुद्धिमानी है कि वह यह समझता है कि मानव समाज के त्राण और कल्याण तथा मानव बुद्धि की परिशुद्धि योग के द्वारा होगी और वदान्त के शरण म जान स मनुष्य उस व्यापक आत्महत्या से बच जायगा जिसकी आर वह इस समय बड वग स भागा जा रहा है। अपनी भौतिक उन्नति की चकाचौध म उस माग स्पष्ट नही दख पडता और जा कुछ दख पडता है उसम घबराया हुआ भी वह अपन धर्षित पावा का राक नही सकता। भारत यदि अपनी पुरानी विधि का आदर करना और उपयाग करना सीखे तो समूचे जगत् का हित कर सकता है।

प्रसिद्ध विचारक पितिरिम ए० सारोकिन द्वारा सम्पादित एक बहुत अच्छी पुस्तक है जिसका नाम है फार्म्स एण्ड टेक्नीक्स आफ आल्ट्रयुइस्टिक एण्ड स्पिरिच्युअल ग्राथ इसम कइ विद्वानों के निबधा का सग्रह है। कुछ कुछ दृष्टिकोणा म यत्र तत्र अन्तर है परन्तु उद्देश्य सब का एक ही है, एस उपायो का अन्वेषण करना जिनमे मनुष्य की आध्यात्मिक उन्नति हो और उसका जीवन स्व-केन्द्रित रहन क बदले विश्व केन्द्रित हो जाय अर्थात् उसका विश्व के साथ तादात्म्य हो जाय। मैं उदाहरण के लिए इस पुस्तक म स एकाध अशो का अनुवाद देता हू और अग्रेजी जानने वालो की सुविधा के लिए मूल भी दिय देता हू।

"पश्चिमी जिज्ञासु के कदम सदा बाह्य जगत् की आर मुडे होते हैं। परन्तु हिन्दू सत्य की खाज अपन भीतर करता है। वह इस माग पर २६ सौ वर्षों से चलता आ रहा है। इसलिए हमस बहुत आगे हो गया है। उसकी इस लम्बी यात्रा ने उसको बहुत पहले यह सिखला दिया है कि बाहर और भीतर द्रष्टा और दृश्य, का भेद एक विशेष दृग्-विन्दु से लुप्त हो जाता है। हम पश्चिम वालो को अभी उसी प्रारम्भिक सत्य का मुश्किल से आभास मिलन लगा है। ज्ञानी के लिए, जिसको वेदान्त म जीवन मुक्त कहते हैं, हमारे जीवन का, हमारी सत्ता का जो शाश्वत विन्दु है वही सत्य है। इन्द्रियों के द्वारा जो कुछ प्रतीत होता है या बुद्धि म जो विचार उठत है, वह सत्य नही हैं। उस स्तर पर सभी विशेषणो का अतिक्रमण हो जाता है। तर्क के द्वारा उस सत्य को नाम देने का प्रयत्न करना व्यर्थ का प्रयास है उसका नाम हो ही नही सकता।

इस बात का ज्ञान प्राप्त करन के पहले कि वह वस्तुत क्या है मनुष्य को बहुत कुछ भूलना होगा। अपनी शिक्षा मे इस स्तर पर उसको इस बात का पता चलेगा कि उसने बहुत से झूठे तादात्म्य स्थापित कर लिये थ। बहुत सी ऐसी वस्तुओ को मैं और मेरा समझ लिया था जिनसे उसका कोई सम्बन्ध नही है। उन्होने उसके जीवन

को छोटे बच्चों की भांति स्वकेन्द्रित बना दिया। वह हर बात को अपनी ही दृष्टि से देखता है।"[१]

"आज भारतीय दर्शन का धीरे धीरे हर जगह प्रवेश हो रहा है। अब उसकी उपेक्षा नहीं की जा सकती। सम्भव है ऐसा समय आने वाला है जब कि दर्शन के इतिहास में हम प्लेटो और अरस्तू के नामों के साथ शंकर और नागार्जुन का और हीगेल के साथ अरविन्द का नाम लेने लगेंगे। यह जगत् तब एकीकरण के लिए तैयार हो जायगा। उस समय पूर्वी और पश्चिमी सभी संस्कृतियां मिलकर मनुष्य की वैचारिक प्रगति का सम्मिलित इतिहास बन जायंगी और इतिहास मनुष्यका जीवन चरित्र बन जायगा।"[२]

---

१. In contrast to the occidental inquirer whose steps are turned towards the "external world," it is within himself that the Hindu sets out for reality. He has been on his way for over twenty-six centuries; and this gives him a real start on us. His peregrination has long since taught him that the words "external" "internal", "subject" and "object" lose their significance from a certain point of view. We in the occident have barely begun to suspect this elementary truth. For the sage--or freed alive, according to the Vadantist expression–the Real is the permanent axis of our being, and not the perception which our senses evoke or the concept erected by the intellect. It is the intimate experience of individuality, it is revealed in transcendence of all qualification. Dialectic is vain when it would give to that–the unnameable–a name.

Before learning to know what he really is, man has first to unlearn. During this negative phase of instruction, he discovers and rejects the false identifications which have until then caused fixation at infantile stage of egocentrisn. ('The Contemporary Sciences and the Liberative Experience of Yoga' by Roger Godel).

२. Today, moreover, this Indian philosophy is every-

"जितना ही कोई मनुष्य प्राचीन संस्कृतियों, धर्मों का इतिहास और विद्याओं का तुलनात्मक अध्ययन करता है उतना यह बात स्पष्ट हो जाती है कि का एक ऐसा भण्डार है जो अमर है और स्वाभाविक है जो मनुष्य का अज्ञात से तादात्म्य स्थापित कर देता है। अत यही तादात्म्य साक्षात्कार भी है और मोक्ष इस ज्ञान का आधार योग है। योग सब धर्मों का स्रोत है। वह मनुष्य का विज्ञा उसकी कसौटी यह है कि वह सार्वभौम है और सभी व्यक्ति उसका अनुभव कर हैं। ज़िमर के अनुसार योग का उद्देश्य है व्यष्टिगत, व्यक्तिगत चेतना के उठ जाना।' १

---

where insinuating itself and can no longer be igno A time might well come when in manuals of history of philosophy we shall see side by side Plato and Arsitotle the great names Shankara Nagarjun, with Hegel's that of Sri Aurobindo. world will be ready then for unification, when cultures–occidental and oriental–shall have bec the integral history of thought and when *hist* itself will no longer be anything but the biogra of man

१. The evidence is conclusive; the further one goes the study of archaic cultures, in the history of r gions, in the comparative study of mysticisms an the psycho-physiological phenomena of our men operations, the more clearly one perceives that th exists an ageless natural knowledge which enal *man to identify himself with an Unknown sourc* being and of becoming This identification is ato realization and liberation. Yoga is the basis of knowledge. It is the natural source of all religions is the science of man. Its criterion is its universa and its evidence as personal impersonal experim tation. "The aim of Yoga," says Zimmer, "is to c the boundaries of individualized consciousness."

"यों तो बहुत ही प्राचीन विद्या होने के कारण योग थोड़ा बहुत किसी न किसी रूप में सब जगह मिलता है। ऐसा इसलिए कि संसार की प्रत्येक धार्मिक परम्परा के "व्यावहारिक" पक्ष के लिए वही आधार है। परन्तु भारत में ही इस विद्या को अपने पूर्ण रूप में देखते हैं और यह देखते हैं कि जहां तक आगे बढ़ना सम्भव है वहां तक इस क्षेत्र में खोज की गयी है। भारत ने इस धार्मिक शास्त्र की सृष्टि की है उतना साहसिक कोई शास्त्र पृथ्वी पर नहीं है। काल उसके साथ व्यर्थ ही टकराता है। सच बात यह है कि यह दर्शन किसी व्यक्ति के बौद्धिक छानबीन और विचार-विमर्श से नहीं बना है। उसका आधार परीक्षित वैज्ञानिक तथ्य है। अब समय आ गया है कि हम लोग फिर इस विज्ञान को जो पुराना है इसके साथ ही सनातन है, फिर से अध्ययन का विषय बना लें"।[१]

एक अवतरण श्री अलेन डैनीलू की पुस्तक "योग दि मेथड आफ रीइण्टेग्रेशन" से भी देना चाहता हूं :

---

१. As vestige of a very ancient science, Yoga is found everywhere in one form or another, for it is basic to the "practical" side of every religious tradition in the world. However, it is in India alone and with Yoga that we find the "religious" science completely worked out, the domain entirely explored to its extreme limit. Thanks to this ancient science which existed long before the spread of Hindu philosophical doctrines (darshana), India was able to build the boldest metaphysics that the world has known; against them time is impotent. Actually the metaphysics are not based on someone's rationalisations, but upon experimental scientific data. The moment seems to have arrived when we should again take up this science of yesterday and of all time.
(Introduction to the Study of Yoga by Jacques H. Masui)

हिन्दू दार्शनिकों ने कहा है कि सारे ज्ञान का आधार अनुभव है। परन्तु उनका यह विश्वास है कि बाहरी सेन्द्रिय प्रत्यक्ष, वस्तुतः सच्चा ज्ञान नहीं है और किसी वस्तु को भीतर और बाहर से पूर्णतया जान लेने के एकमात्र उपाय यह है कि हम उसके साथ तादात्म्य स्थापित कर लें। जब हम उसके साथ मिलकर एक हो जायगे तभी हम उसके सच्चे रूप को जान सकेंगे। जैसी वह बाहर से देख पड़ती है वह उसका वास्तविक रूप नहीं है।[१]

योग शब्द का यही अर्थ है अर्थात् तादात्म्य स्थापित करना। ईश्वर से तादात्म्य का नाम है साक्षात्कार।

---

१. Hindu philosophers have asserted that all knowledge is built upon experience. But they maintain that an outward perception only is not a real knowing, and that the only way for us to know a thing completely, outwardly and inwardly, is to identify ourselves with in, only when we are one with it can we know it in itself and not merely as it appears to be from an external point of view.

This is the meaning of the word Yoga, which means, identification, "identification with Divinity being" realisation.

....

We can conceive of an Angel or subtle being which free from a gross envelope, and not bound by its limitations, can perceive all things. Might there not be likewise for our conscious some way by which it could cross the boundary of its bodily prison, know the freedom of limitlessness and see, in their fullness all things of which, through the intermediary of the senses, it can know only limited fragments.

Hindu science asserts that this is possible, and even that it is the only true form of experience, the

हम इस बात की कल्पना कर सकते हैं कि यदि ऐसा कोई देव हो जो स्थूल शरीर से बंधा न हो और उसकी सीमाओं के वश में न हो तो वह सभी वस्तुओं को देख सकता है, तो क्या ऐसा नहीं हो सकता कि हमारी चेतना एक दिन किसी उपाय से इस शारीरिक कारागार की सीमाओं को पार कर जाय, असीमितता की स्वतंत्रता का अनुभव करे और उन सब वस्तुओं को पूर्ण रूप से जान सके जिनको इन्द्रियों के व्यवधान के कारण आज हम अंशतः जान सकते हैं।

हिन्दू विज्ञान कहता है कि यह सम्भव है और सम्भव ही नहीं अनुभव का एकमात्र सच्चा उपाय है। जिस विशेष प्रशिक्षण को हिन्दू लोग योग कहते हैं उसकी एक सीढ़ी अतीन्द्रिय प्रत्यक्ष है। इस प्रशिक्षण का उद्देश्य यह है कि हम सब वस्तुओं के साथ तादात्म्य स्थापित करके उनका प्रत्यक्ष अनुभव कर लें। उसकी साधना एक प्रकार का शारीरिक और मानसिक व्यायाम है जिसके द्वारा चेतन आत्मा सूक्ष्म शरीर के सहारे स्थूल शरीर से बाहर चला जाता है। परन्तु स्थूल शरीर को नष्ट नहीं करता और

---

only absolute method of knowing. The realization of suprasensory perception is one of the states of that particular training which the Hindus call Yoga. This training aims at the direct experience of all things through identification with them. Its method is a sort of physioco-mental gymastic, through which the Conscious, carried by the subtle destroying it, and after having cognised all things, comes back into the physical envelope with its predogious harvest.

The whole of Hindu civilization has from its very beginning been pervaded by this mode of knowledge, and one should realize this before trying to assess the value of Hindu Traditional knowledge and of the ancient Hindu sciences. All the Vedic scriptures are considered to have originated through this process and it is therefore only in Yoga that their key is to be found. Hence: "Yoga is the guardian of Eternal Law, Yoga is the guardian of knowledge".

बाहरी बातो को जानकर अपने विशाल ज्ञान भडार मे लिए फिर अपने स्थूल शरीर में लौट आता है।

आरम्भ से ही सारी हिन्दू सभ्यता ज्ञान के इस साधन से ओतप्रोत रही है और हिन्दुओं के परम्परागत ज्ञान और प्राचीन हिन्दू विज्ञान को समझने के पहले इस बात को समझ लेना चाहिए। इसी प्रकार वेद मत्रो की उत्पत्ति हुई है। इसीलिए उनकी कुजी योग मे ही मिल सकती है।

इसलिए यह कहा गया है कि योग ही सनातन धर्म का सरक्षक है, योग ही ज्ञान का सरक्षक है।"

अनवेशतसख्याभि, स्तर्कव्याकरणादिभिः।
पतिता· शास्त्रजालेषु, प्रज्ञया ते विमोहिता·॥

(दर्शन, तर्क और व्याकरण के सैकडो प्रकार के नियम बुद्धि को अपने जाल मे फसा लेते है और उसको सत्य ज्ञान से बहुत दूर ले जाते हैं।)

(योगबीज उपनिषद्)

योगेन रक्ष्यते धर्मो, विद्या योगेन रक्ष्यते।
योगहीन कथ ज्ञान, मोक्षद भवतीश्वरि।
ज्ञाननिष्ठो विरक्तो वा, धर्मज्ञोऽपि जितेन्द्रिय
बिना योगेन देवोऽपि, न मोक्ष लभते प्रिये॥

(योगबीज उपनिषद्)

हे देवि, योग के बिना ज्ञान किस प्रकार मोक्ष प्रदान कर सकता है? हे प्रिये, ज्ञाननिष्ठ और विरक्त होते हुए भी धर्म ज्ञान सम्पन्न और जितेन्द्रिय होते हुए भी, देव भी योग के बिना मोक्ष नही प्राप्त कर सकता।

अध्याय ३

योग के सम्बन्ध में कुछ योगाचार्यों के वचन

वेद ईश्वर वाक्य माना जाता है। ईश्वर के सम्बन्ध में कहा गया है :

स एष पूर्वेषामपि गुरुः कालेनानवच्छेदात् । (१,२६)

वह काल से अनवच्छिन्न होने के कारण पूर्वाचार्यों का भी गुरु है। पूर्व काल में जो भी योगाचार्य हो गये हों उनका जीवनकाल सीमित था परन्तु ईश्वर नित्य है अतः उसके लिए यह बन्धन नहीं है। ईश्वर प्राचीन से प्राचीन काल के योगाचार्य के पहले था, इसलिए वह प्राचीन से प्राचीन आचार्य का भी गुरु है। इसलिए ईश्वर वाक्य सर्वोपरि प्रमाण वाक्य है। योग सम्बन्धी आदेश और उपदेश वेद के उपनिषद् भाग में मिलते हैं। इसलिए पहले थोड़े से अवतरण उपनिषदों से दिये जा रहे हैं।

अग्निर्यत्राभिमथ्यते, वायुर्यत्राधिरुध्यते।
सोमो यत्रातिरिच्यते, तत्र संजायते मनः ॥६॥

त्रिरुन्नतं स्थाप्य समं शरीरं
हृदीन्द्रियाणि मनसा संनिवेश्य।
ब्रह्मोडुपेन प्रतरेत विद्वान्
स्रोतांसि सर्वाणि भयावहानि ॥८॥

नीहारधूमार्कानिलानलानां
खद्योतविद्युत्स्फटिकशशिनाम्।
एतानि रूपाणि पुरःसराणि
ब्रह्मण्यभिव्यक्तिकराणि योगे ॥११॥

पृथ्व्यप्तेजोऽनिलखे समुत्थिते
पञ्चात्मके योगगुणे प्रवृत्ते।
न तस्य रोगो न जरा न मृत्युः
प्राप्तस्य योगाग्निमयं शरीरम् ॥१२॥

लघुत्वमारोग्यमलोलुपत्वं
वर्णप्रसादं स्वरसौष्ठवं च।
गन्धः शुभो मूत्रपुरीषमल्पं
योगप्रवृत्तिं प्रथमां वदन्ति ॥१३॥
यथैव बिम्बं मृदयोपलिप्तं
तेजोमयं भ्राजते तत् सुधान्तम्।
तद् वाऽऽत्मतत्त्वं प्रसमीक्ष्य देही
एकः कृतार्थो भवते वीतशोकः ॥१४॥
(श्वेताश्वतरोपनिषद्, अध्याय २)

जहां अग्नि का मन्थन होता है, जहां प्राण का विधिवत् निरोध किया जाता है, जहां सोमरस का प्राबल्य होता है, उस स्थान पर मन नितान्त पवित्र हो जाता है ॥ ६ ॥ विद्वान साधक को चाहिए कि वह अपने सिर, कंठ और वक्ष को ऊंचा उठाये और शरीर को सीधा रखे। फिर मन के द्वारा इन्द्रियों का हृदय में निरोध कर प्रणव रूप नौका से सब भयावने स्रोतों से पार हो जाय ॥८॥ योगी को समक्ष कुहरा, धुआं सूर्य, वायु, अग्नि, जुगनू, विद्युत्, स्फटिकमणि और चन्द्रमा के समान अनेक दृश्य दिखाई पड़ते हैं, यह सब योग साफल्य के लक्षण रूप होते हैं ॥११॥ पंच महाभूतों का भले प्रकार उत्थान होने पर और पंच योग सम्बन्धी गुणों के सिद्ध हो जाने पर योग से तेजस्वी हुए देह को पा लेने वाला साधक रोग, जरा, मृत्यु से मुक्त हो जाता है ॥१२॥ देह का हल्का होना, आरोग्य, भोगों से निवृत्ति, वर्ण की उज्ज्वलता, स्वर सौष्ठव श्रेष्ठ गंध, मलमूत्र की कमी यह सब योग की प्रथम सिद्धि बतायी गई है ॥१३॥ जैसे कोई चमकता हुआ रत्न मिट्टी लिपटने से मैला हो जाता है, और स्वच्छ किये जाने पर फिर दमकने लगता है, वैसे ही योगी आत्मतत्त्व को जानकर एकावस्था को प्राप्त होकर सब क्लेशों से मुक्त हो जाता है ॥१४॥

यदि शैलसमं पापं, विस्तीर्णं बहुयोजनम्।
भिद्यते ध्यानयोगेन, नान्यो भेदः कदाचन ॥१॥
ओंकारं यो न जानाति, ब्राह्मणो न भवेत्तु सः।
प्रणवो धनुः शरो ह्यात्मा, ब्रह्म तल्लक्ष्यमुच्यते ॥१४॥
अप्रमत्तेन वेद्धव्यं शरवत्तन्मयो भवेत्।
निवर्तन्ते क्रिया सर्वा,स्तस्मिन्दृष्टे परावरे ॥१५॥
अंगानां मर्दनं कृत्वा, श्रमजातेन वारिणा।
कट्वम्ललवणत्यागी, क्षीरपानरतः सुखी ॥७१॥

ब्रह्मचारी मिताहारी, योगी योगपरायणः।
अब्दादूर्ध्वं भवेत्सिद्धो, नात्र कार्या विचारणा॥७२॥
(ध्यानबिन्दूपनिषत्)

यदि पर्वत के समान अनेक योजन विस्तार वाले पाप भी हों, तो भी वे ध्यान योग से नष्ट हो जाते हैं, इसके अतिरिक्त और किसी तरह उनका नाश नहीं होता ॥१॥ इस प्रकार ओंकार को जो नहीं जानता वह ब्राह्मण नहीं माना जा सकता। यह प्रणव धनुष है, आत्मा बाण है और ब्रह्म लक्ष्य है। बाण से सावधानी के साथ तन्मय होकर इस लक्ष्य को वेध करने और परावर परमात्मा को जान लेने से सब क्रियाओं से निवृत्ति हो जाती है॥१४—१५॥ श्रम करने से जो पसीना निकले उसे शरीर में ही मल लेना चाहिए, कटु अम्ल और नमक को त्याग कर दूवा भोजन करना चाहिए॥७१॥ इस प्रकार साधन करने वाला मिताहारी, ब्रह्मचारी योगी एक वर्ष में सिद्धि प्राप्त कर लेता है, इसमें संशय नहीं॥७१—७२॥

आलोक्य सर्वशास्त्राणि, विचार्य च पुनः पुनः।
इदमेकं सुनिष्पन्नं, योगशास्त्रं परं मतम्॥१७॥
यस्मिन् ज्ञाते सवमिदं, ज्ञातं भवति निश्चितम्।
तस्मिन् परिश्रमः कार्यः, किमन्यच्छास्त्रभाषितम्॥१८॥

श्री महादेव जी कहते हैं कि सब शास्त्रों को देख और वारंवार विचार करके यह निश्चित हुआ कि एक यह योगशास्त्र उत्तम परम मत है, अर्थात् यह सबसे उत्तम है॥१७॥ निश्चय जिसके जानने से सब संसार जाना जाता है, ऐसे योगशास्त्र के जानने में परिश्रम करना अवश्य उचित है, फिर अन्य शास्त्र जो कहते हैं, उसका क्या प्रयोजन है अर्थात कुछ प्रयोजन नहीं।

(शिवसंहिता, प्रथम पटल)

भूर्भुवः स्वरिमे लोका श्चन्द्रसूर्याग्निदेवताः।
प्रतिष्ठिताः सदा यत्र, तत्परं ज्योतिरोमिति॥३०॥
त्रयः कालास्त्रयो लोका, स्त्रयोवेदास्त्रयोऽग्नयः।
त्रयः स्वराः स्थिता यत्र, तत्परं ज्योतिरोमिति ३१॥
सत्त्वं रजस्तमश्चैव, ब्रह्म विष्णु महेश्वराः।
सर्वे देवाः स्थिता यत्र, तत्परं ज्योतिरोमिति।३२॥
कृतिरिच्छा तथा ज्ञानं, ब्राह्मी रौद्री च वैष्णवी।
त्रिधा शक्तिः स्थिता यत्र, तत्परं ज्योतिरोमिति॥३३॥

शुचिर्वाप्यशुचिर्वापि, यो जपेत्प्रणव सदा।
न स लिप्यति पापेन, पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥३४॥
पद्मासन समारुह्य, समकायशिरोधरः।
नासाग्रदृष्टिरेकाकी, जपेदोङ्कारमव्ययम् ॥३५॥
देहेऽस्मिन्वर्तते मेरु, सप्तद्वीप समन्वित।
सरित. सागरा शैला, क्षेत्राणि क्षेत्रपालकाः ॥४३॥
ऋषयो मुनय सर्वे, नक्षत्राणि ग्रहास्तथा।
पुण्यतीर्थानि पीठानि, वर्तन्ते पीठदेवता ॥४४॥
सृष्टिसहारकर्तारौ, भ्रमन्तौ शशिभास्करौ।
नभो वायुश्च वह्निश्च, जल पृथ्वी तथैव च ॥४५॥
जानाति य सर्वमिद, स योगी नात्र सशय. ॥४७॥
नाभि जानाति शीतोष्ण, न दुःख न सुख तथा।
न मान नापमान च, योगी युक्त समाधिना ॥५८॥
अभेद्यः सर्वशस्त्राणामवध्य सर्वदेहिनाम्।
अग्राह्यो मन्त्रयन्त्राणां, योगी युक्त समाधिना ॥५९॥
दृष्टिः स्थिरा यस्य विनापि दृश्याद्,
वायु स्थिरो यस्य बिना प्रयत्नात्।
मन स्थिरं यस्य विनावलम्बात्,
स एव योगी स गुरु स सेव्य ॥१३१॥
भ्रुवोर्मध्ये शिवस्थान, मनस्तत्र विलीयते।
ज्ञातव्यं तत्पद तुर्यं, तत्र कालो न विद्यते ॥१३६॥
(गोरक्षवचनसग्रह)

भूर्भुव स्व, तीनो लोक जिनके चन्द्र, सूर्य और अग्नि देवता हैं, जिस जगह प्रतिष्ठित हैं, उसके ऊपर ज्योतिस्वरूप ओंकार का स्थान है ॥३०॥ तीनो काल, तीनों वेद, तीनो लोक, तीनो अग्निया, तीनो स्वर जहां स्थित हैं उसके ऊपर भी ओंकार ज्योति का स्थान है ॥३१॥ सत, रज और तम, ब्रह्मा विष्णु और महेश सब देव जहां स्थित हैं उसके ऊपर भी ओंकार ज्योति का स्थान है ॥३२॥ कृति, इच्छा और ज्ञान ब्राह्मी, रौद्री और वैष्णवी त्रिधा शक्ति जहा स्थित है उसके ऊपर भी ओंकार ज्योति का स्थान है।३३॥ पवित्र हो या अपवित्र जो ओंकार का सदा जप करता है वह पाप से उसी प्रकार लिप्त नहीं होता जैसे कमल का पत्ता जल से ॥३४॥ पद्मासन से बैठकर शरीर ग्रीवा और सिर को सीधा रखकर नासिका के अग्रभाग मे दृष्टि लगाकर

एकान्त में ओंकार का जप करे ॥३५॥ इस शरीर में मेरु है। सातों देवताओं के साथ मेरु है। सब नदियां और समुद्र हैं, सब पहाड़ क्षेत्र और क्षेत्र पाल हैं ॥४३॥ इसमें सब ऋषि और मुनि हैं, सब नक्षत्र और ग्रह हैं, सब तीर्थ स्थान हैं, सब पीठ हैं और सब पीठों के देवता हैं ॥४४॥ सृष्टि को उत्पन्न और संहार करने वाले, घूमने वाले चन्द्रमा और सूर्य आकाश, वायु, तेज अप और पृथ्वी सब इसमें हैं ॥४५॥ जो यह सब जानता है वह योगी है इसमें कोई सन्देह नहीं ॥४७॥ न तो योगी शीतोष्ण को जानता है और न वह सुख-दुख को जानता है, वह समाधिस्थ योगी मान अपमान को भी नहीं जानता। वह सब शस्त्रों से अभेद्य है और सब मनुष्यों से अवध्य है। कोई मंत्र भी उसे ग्रहण नहीं कर सकता ॥५०॥ जिसकी दृष्टि बिना किसी दृश्य के स्थिर है, बिना प्रयत्न के जिसका वायु स्थिर है, बिना अवलम्ब के जिसका मन स्थिर है, वही योगी है, वही गुरु है, वही सेव्य है ॥१३१॥ दोनों भुवों के मध्य में शिव का स्थान है वहीं मन का विलय होता है। उस स्थान को शीघ्र जान लेना चाहिए। वहां काल नहीं होता ॥१३६॥

परीक्षिताय दातव्यं, वत्सरार्धोषिताय च।
एतज्ज्ञात्वा वरारोहे, सद्यः खेचरतां व्रजेत् ॥

(योगिनीहृदयम्)

जिस व्यक्ति की कम से कम छः महीने साथ रहकर परीक्षा कर ली गयी हो उसको ही यह विद्या देनी चाहिए। इसको जानकर, हे देवि, मनुष्य तत्काल खेचरता को प्राप्त होता है।

(खेचर का शब्दार्थ है आकाश में चलनेवाला। यह शब्द लाक्षणिक रूप से परम शिव के लिए प्रयुक्त होता है। श्लोक का अर्थ यह है कि इस विद्या को जानकर मनुष्य शिव के साथ तादात्म्य प्राप्त कर लेता है)

योग जगा अनहद धुनि सुनिके,
घट ही में काशी प्रयाग द्वारिका,
घट ही में ठाकुरद्वार मका,
घट ही में है ओंकार सोहं धुन,
घट ही में ह्वै रह्यो अनलहका।
मकरतार गहि शब्द निरन्तर, सुरति बांध जैसे चढ़त नटा।
कहत कबीर सुनो भाई साधो, मिटि गयी कालकी घूस धका॥

(कबीर की शब्दावली)

मूलमंत्र करि बंद विचारी, सात चक्र नौ सोधे नारी॥
सोधि के मेरुदंड ठहराना, सहज मिलावै प्रान अपाना॥
खेचरिमुद्रा सोधै पवना, उनमुनि सोधि बैरठि मन मोना।
बंक नाल गहै मनमूला, विकसत अष्ट कमल दल फूला॥
जस मकरी का लागा तागा, वैसे प्रेम बढ़े अनुरागा।
अजपा जाप जिक्रि धुनि ध्याना, सधि शब्द मह पवन समाना॥
आदि शब्द अहै ओंकारा, उठै शबद धुनि रोरकारा।
जो अस चलै शून्य मिलि जाई, ता कर आवागमन नसाई॥
गैबि मिले जब गैब समाना, ह्वै अलमस्त अमीरस पाना॥
कालदंड नाहीं यम त्रासा, देखति गैबी गैब तमासा।
दसों दिसा हुइगे उजियारा, झलकत जगमग ज्योति अपारा॥
अवरन बरन अनेकिन भाती, ज्योति अखंड बरै दिन राती॥
जो जानै यहि पद करि भेवा, रामलाल सोई गुरु देवा।

(बाबा रामलाल)

अध्याय ४

दार्शनिक आधार भूमि

बहुधा ऐसा समझा जाता है कि योग तो किसी प्रकार की क्रिया या क्रियाओं का समुच्चय है और दर्शन वाग्विलास तथा तार्किक द्वन्द्व और शास्त्रार्थ की सामग्री है। इसमें सन्देह नहीं कि यह बात अंशतः सत्य है। परन्तु योग और दर्शन एक दूसरे से उतनी दूर नहीं हैं जितने कि मान लिये जाते हैं। योग का काम है, जैसा कि आगे के अध्यायों में दिखलाया जायगा, सत्य का साक्षात्कार कराना और दर्शन का काम है इस विश्व को समझने में सहयोग देना। विश्व में बड़े देवगण भी हैं और छोटे कीड़े-मकोड़े भी। चेतन पदार्थ भी हैं और जड़ भी। विश्व में ही हमारा चित्त है और यह चित्त एक ओर योगाभ्यास में रत होता है और दूसरी ओर काम, क्रोध से प्रेरित चेष्टाओं में। चित्त में ही योग की ऊंची ऊंची अनुभूतियां होती हैं और नित्य का छोटे से छोटा अनुभव। इन सब बातों का समन्वय करना तथा इनको एक मंच पर ले आना दर्शन का काम है। यदि ऐसा न किया जा सका तो हमारे जीवन के विभिन्न पहलुओं में सामंजस्य नहीं रहेगा। हम एक साथ अलग अलग लोकों में रहेंगे जिनकी सीमाएं कहीं न मिलती होंगी। इसलिए यदि दर्शन सचमुच दर्शन है तो योग की अनुभूतियों को भी उसके द्वारा समझा जाना चाहिए। यदि वह ऐसा नहीं कर सकता तो सचमुच उसका आधार केवल मनुष्य के उर्वर मस्तिष्क की कल्पना मात्र होगी। और वह सचमुच केवल बौद्धिक अखाड़े में उतरने वालों के मनोरंजन की सामग्री मात्र बन कर रह जायगा। ऐसे ही दर्शन को लक्ष्य करके वेदान्त के एक सूत्र में कहा गया है—"तर्क अप्रतिष्ठित है। "एक विद्वान् कोई तर्क उपस्थित करता है दूसरा विद्वान् उस तर्क को काट देता है। दर्शन को, यदि वह सचमुच विश्व को समझाने का दावा करता है तो, सत्य के साक्षात्कार की उन अनुभूतियों से काम लेना चाहिए जो योग के द्वारा सामने आती हैं और योग को दर्शन की सार्वभौम सामग्री का अंग बनना ही चाहिए। दोनों में अन्योन्याश्रय सम्बन्ध है।

सांख्य दर्शन

योग शास्त्र के प्रमुख आचार्य पतंजलि ने प्रायः सांख्यदर्शन को ज्यों का त्यों पूरा

मान लिया है। दोनों की मान्यताओं में थोड़ा सा अन्तर है। परन्तु मुख्य बातें एक ही हैं। सांख्यदर्शन के प्रवर्तक महर्षि कपिल का स्थान बड़ा ऊंचा है। 'सिद्धानां कपिलो मुनि' कह कर श्रीकृष्ण ने गीता में इस बात को व्यक्त किया है कि उनकी दृष्टि में कपिल योगियों में सर्वश्रेष्ठ थे। सांख्यदर्शन स्यात् पृथ्वी के सब दर्शनों में पुराना है। आज भी मनोविज्ञान की कई ऐसी ग्रन्थियां हैं जिनको सांख्य की सहायता के बिना नहीं सुलझाया जा सकता। उसका सार ईश्वर कृष्ण की इस कारिका में दिया हुआ है

मूलप्रकृतिरविकृतिर्महदाद्या प्रकृतिविकृतयः सप्त।
षोडशकस्तु विकारो न प्रकृतिर्न विकृतिः पुरुषः॥

इस कारिका में प्रकृति और विकृति दो ऐसे शब्द आये हैं जिनको समझने के बाद ही इसका अर्थ स्पष्ट हो सकता है। कुछ पदार्थ ऐसे होते हैं जिनसे पूर्णतया नये नये स्वभावों से सम्पन्न बिल्कुल नये प्रकार के पदार्थ निकलते हैं। जिसमें से नये पदार्थ निकलते हैं उसको प्रकृति और जो नये पदार्थ निकलते हैं उनको विकृति कहते हैं। जैसे उदाहरण के लिए दूध को प्रकृति और दही को विकृति कह सकते हैं। किसी साधारणतया ज्ञात उपाय से दही को दूध में फिर परिणत नहीं कर सकते। परन्तु सोना और उससे बने हुए गहनों में यह बात नहीं है। अतः उनके सम्बन्ध में प्रकृति और विकृति शब्दों का व्यवहार नहीं किया जाता।

सांख्य दर्शन के अनुसार जगत् के मूल में दो पदार्थ हैं: एक पुरुष और दूसरा प्रधान। पुरुष चिन्मय है, नित्य है, अखंड, एकरस अर्थात् अपरिणामी है। इसके विपरीत प्रधान अचित् अर्थात् जड़ और परिवर्तनशील है। नित्य वह भी है। वह सत्, रज और तम इन तीनों गुणों की समष्टि है। जब तीनों गुण शान्त अवस्था में रहते हैं तो प्रधान शान्त रहता है। कहने को पुरुष की संख्या एक कही गयी है। परन्तु यों कहना अधिक उचित होगा कि पुरुषों की एक जाति या एक वर्ग है, पुरुष असंख्य हैं और सब एक दूसरे के पूर्णतया समान हैं। इस सारे जगत् की उत्पत्ति प्रधान से ही है इसलिए इसको मूल प्रकृति भी कहते हैं। वस्तुतः तो पुरुष और प्रधान का, जो सर्वथा विजातीय हैं, मेल हो नहीं सकता। यदि लोहे का एक टुकड़ा पत्थर के एक टुकड़े के साथ करोड़ वर्षों तक पड़ा रहे तब भी दोनों में मेल नहीं हो सकता। लोहा लोहा रह जायगा और पत्थर पत्थर। चूंकि विश्व में पुरुष भी हैं और प्रधान भी, इसलिए दोनों का सान्निध्य होता है। इसको यों कहते हैं कि पुरुष की दृष्टि प्रधान पर पड़ती है। तत्काल प्रधान अपने परिवर्तनशील स्वभाव के अनुरूप बदलने लगता है और इसमें जो पहला परिवर्तन होता है उसको महत्तत्त्व या बुद्धि तत्त्व कहते हैं। क्षोभ जब

आरम्भ हुआ तब रुकता नहीं। बुद्धि तत्त्व से अहंकार की उत्पत्ति होती है। अहकार का अर्थ साधारण अभिमान नहीं है, वरन् परिस्थितियों और घटनाओं का अपने साथ सम्बन्ध जोड़ना अहंकार का धर्म है। जहां किसी के मन में यह विचार उठता है कि गाली दी जा रही है या वर्षा हो रही है, वहाँ तो केवल बुद्धि है। पर यदि यह भाव हो कि मुझको गाली दी जा रही है या मैं गाली दे रहा हूं या मैं भोगनेवाला हूं, तो वहां बुद्धि के साथ साथ अहकार भी काम करने लगता है। अहंकार से सोलह पदार्थ निकलते हैं: पांच ज्ञानेन्द्रियां, पांच कर्मेन्द्रियां, मन जो ज्ञानेन्द्रिय और कर्मेन्द्रिय दोनों है तथा पांच तन्मात्रा अर्थात् शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्ध और इन तन्मात्राओं से आकाश, वायु, तेज, अप और क्षिति नाम के पांच महाभूत। इसके आगे महाभूतों के मिलने और पृथक् होने से जगत् स्थूल से स्थूलतर हो जाता है। परिभाषा के अनुसार पुरुष न प्रकृति है न विकृति। प्रधान केवल प्रकृति है। बुद्धि, अहकार और पांच तन्मात्रा, ये सात प्रकृति-विकृति हैं अर्थात् प्रकृति भी हैं और विकृति भी, और पांच ज्ञानेन्द्रियां, पांच कर्मेन्द्रिया और पांच महाभूत तथा मन ये सोलह केवल विकृति हैं। यही कारिका का अर्थ है और संक्षेप में सांख्य दर्शन के अनुसार जगत् की सृष्टि का यही इतिहास है।

योगदर्शन—ईश्वर

पतंजलि ने ऊपर कही हुई सारी की सारी बातें मान लीं परन्तु अपनी ओर से भी कुछ बातें जोड़ दीं। उनका कहना है कि जो असंख्य पुरुष हैं उनके अतिरिक्त एक पुरुष विशेष भी है जिसको उन्होंने ईश्वर की संज्ञा दी है। उनका कहना है—

क्लेशकर्मविपाकाशयैरपरामृष्टः पुरुषविशेष ईश्वरः। (१,२४)

ईश्वर ऐसा विलक्षण पुरुष है जो और सब बातों में तो दूसरे पुरुषों के समान ही है परन्तु वह कभी प्रधान की ओर नहीं देखता। इसलिए वह उन सब दुःखों से बचा रहता है जो दूसरे पुरुषों को कभी न कभी सताते हैं। न वह शरीरधारी होता है, न वह पाप पुण्य से लिप्त होता है। न उसका जगत् के व्यापार से कोई सम्बन्ध है। प्रश्न यह हो सकता है कि दूसरे पुरुष किस प्रकार दुःखों के बन्धन में फंस जाते हैं। इसका उत्तर सांख्य के आचार्य यों देते हैं:

किसी शुद्ध स्फटिक के टुकड़े के सामने भांति भांति के रंगीन कांच के या कागज के टुकड़े रखे जायं तो यद्यपि वह स्फटिक ज्यों का त्यों रहेगा, पर उस पर इन रंगीन वस्तुओं की छाया देख पड़ेगी। इसी प्रकार प्रधान में जो परिणाम होते हैं उनकी छाया पुरुष पर पड़ती है। निर्लिप्त होते हुए भी वह बुद्धि आदि से अविद्या के कारण युक्त सा प्रतीत होता है और अपने को सुखी दुखी आदि मानने लगता है। जब कभी कोई

ऐसा पुरुष इस संयोग से ऊब जाता है तब वह प्रधान की ओर से मुंह फेरने का यत्न करता है और जिस क्रम से वह बंधनों में फंसा था उसके उलटे क्रम से बंधनों से मुक्त होता है। पूरा छुटकारा पा जाने के बाद उसकी अवस्था को कैवल्य कहते हैं। भले ही दूसरे पुरुषों के लिए प्रकृति का खेल होता रहे पर यह पुरुष अब उसकी ओर से उदासीन हो गया। यह उदाहरण दिया जाता है कि जैसे कहीं नृत्य हो रहा हो तो बहुत से लोग उस नृत्य को देखते होंगे, पर उस सभा में कोई ऐसा भी होगा जो उस नृत्य में रस न लेता होगा। उसके लिए नृत्य न होने के बराबर है।

इस पुस्तक में मेरा उद्देश्य दार्शनिक शास्त्रार्थ में पड़ना नहीं है, पर इतना सूचित कर देना आवश्यक है कि सांख्य योग के कई सिद्धान्तों से बहुत से लोग जो योग के परम समर्थक हैं सन्तुष्ट नहीं हैं। एक तो बहुत से पुरुषों की सत्ता पर आक्षेप है, फिर यह कहा जाता है कि इस बात का क्या निश्चय है कि कैवल्य के बाद पुरुष फिर नहीं फंस जायगा। यह नहीं कहा जा सकता कि अपने पहले के कटु अनुभव के कारण वह वैसी भूल नहीं करेगा। क्योंकि विचार और स्मृति दोनों का आस्पद बुद्धि है और कैवल्य प्राप्त करने पर वह पुरुष बुद्धि के ऊपर उठ गया होगा। वह बुद्धि से युक्त नहीं होगा। ऐसे ही और भी कई आक्षेप हैं। मैं इस विषय के ऊहापोह में नहीं पड़ना चाहता। परन्तु केवल निदर्शन के लिए एकाध अवतरण देता हूं जिनसे यह स्पष्ट हो जायगा कि बहुत से योगीगण योगदर्शन के दार्शनिक मत से सहमत नहीं हैं :

आत्मा खलु विश्वमूलं तत्र प्रमाणं न कोऽप्यर्थयते ।
कस्य वा भवति पिपासा गंगास्रोतसि निमग्नस्य ॥१८॥
आत्मेति परमात्मेति जीवात्मेति विचारणे।
त्रयाणामैक्यसंभूति आदेश इति कीर्तितः ॥२४॥

आत्मा ही विश्व का मूल है। इस सम्बन्ध में प्रमाण किस को चाहिए। गंगा के जल में डूबे हुए को प्यास कैसे रह सकती है ?

आत्मा, परमात्मा, जीवात्मा के सम्बन्ध में विचार करते समय यह आदेश अर्थात् सत्य कथा है कि यह तीनों एक हैं।

ये अवतरण गोरखवाणी से लिए गये हैं। इसी प्रकार शिवसंहिता के प्रथम पटल के ये श्लोक द्रष्टव्य हैं

तथा जगदिदं भ्रांतिरध्यासकल्पना जगत्।

यद् भूतं यच्च भाव्यं वै मूर्तामूर्तं तथैव च।
सर्वमेव जगदिदं विवृतं परमात्मनि।।४९।।

उसी तरह आत्मा में अध्यास कल्पना मात्र जगत् की भ्रान्ति है, रज्जुवत् ज्ञान होने से फिर जगत् का तीनों काल में अभाव हो जाता है।

जो हुआ है और जो होगा मूर्तिमान या अमूर्तिमान यह सब जगत आत्मा में मिला है अर्थात् उससे भिन्न नहीं है।

तंत्र के सभी आचार्यों ने ऐसा माना है कि परम शिव से ही इस जगत् की उत्पत्ति हुई है। वह परम शिव ही प्रकाश और विमर्श दो रूपों में स्वेच्छया देख पड़ता है, स्वेच्छया सृष्टि की रचना करता है और फिर उस जगत को अपने में लय कर लेता है। स्वेच्छयैव जगत् सूर्वनिगिरत्युद्गिरत्यपि—अपनी इच्छा से ही सारे जगत् को निगल लेता है और फिर स्वयं में से उगल देता है। इसके आगे मैं उस दार्शनिक विचार की रूपरेखा देता हूं जो मुझे अभिमत है। मेरा ऐसा विश्वास है कि उसके अनुसार योग की सारी अनुभूतियां समझ में आ सकती हैं और उनका समन्वय उन सभी समस्याओं से हो सकता है जिनका अध्ययन दर्शनशास्त्र करता है। इस स्थल पर जो कुछ लिखा गया है वह मेरी पुस्तक चिद्विलास में दिये हुए एतद्विपयक वर्णनों का संक्षिप्त रूप है।

ब्रह्म

जगत् का मूल और एकमात्र पदार्थ ब्रह्म है। ब्रह्म के सिवाय और कुछ नहीं है। ब्रह्म है इसलिए वह सत्य है। वह जड़ नहीं है। चित् है। चित् और चेतन में अन्तर है। ब्रह्म चेतन नहीं है। केवल चित्, चेतनता मात्र है। दूसरे शब्दों में यों कह सकते हैं कि वह ज्ञाता नहीं है, ज्ञातृत्व मात्र, जानने की क्षमता मात्र है। सत् और चित् के सिवाय ब्रह्म का कोई लक्षण बताना प्रायः असम्भव है। लक्षण बताने में किसी विशेषज्ञ से काम लेना पड़ता है और ब्रह्म के सम्बन्ध में सभी विशेपण अंशतः लगते हैं, पूर्णतया कोई विशेषण नहीं लगता। इसलिए सभी विशेपण उसके हैं और कोई विशेपण उसका नहीं है। इस दृष्टि से ही वैदिक वाङमय में ब्रह्म के लिए नेति शब्द का व्यवहार किया गया है। नेति का अर्थ है : यह नहीं।

माया

जब ब्रह्म चित् है, ज्ञाता नहीं, तो उसको अपना भी ज्ञान नहीं हो सकता। पर यह समूचा विश्व ब्रह्म ही है और जाना जा रहा है। यह पहेली सी लगती है कि जो नहीं होना चाहिए वह हो रहा है। ब्रह्म को अज्ञेय होना चाहिए, पर वह जाना

जा रहा है। ब्रह्म का ज्ञान माया के द्वारा होता है। माया को ब्रह्म का स्वभाव कह सकते हैं। वह ब्रह्म से भिन्न है। इसलिए असत्य है। जब ब्रह्म के सिवाय कुछ भी नहीं है तब माया भी ब्रह्म से अभिन्न होगी। इसलिए वह सत्य होगी। कई आचार्यों के मत में माया को सद-असद विलक्षण मानते हैं। मैं उसको सत् असत् स्वरूप मानता हूँ। यह प्रतीयमान जगत् ब्रह्म है। यों कहिए कि माया की आड में ब्रह्म है। माया के दूसरे नाम अविद्या और भ्रम जैसे हैं। यह जगत सत्य भी है और असत्य भी। अपने प्रतीयमान माया रूप मे असत्य है। परन्तु मूल रूप मे सत्य है। यदि किसी को सडक पर पडे रस्सी के टुकडे को देखकर सर्प का भ्रम हो तो यद्यपि वहा सर्प असत्य है परन्तु जो कुछ दिख पडता है वह रस्सी के रूप मे सत्य है।

द्रष्टा, विचारक, मे भी तो ब्रह्म है, तो फिर क्या मुझको अपने सम्बन्ध में भ्रम हुआ या सम्पूर्ण ब्रह्म को भ्रम हुआ? इन प्रश्नो का उत्तर बुद्धि के स्तर पर नहीं दिया जा सकता। ये बातें अनुभवगम्य हैं। एक बात और स्पष्ट हो जानी चाहिए। यहा जो कालवाची शब्दो का व्यवहार हुआ है और आगे चलकर होगा वह भाषा की दुर्बलताओ और सीमाओ के कारण है। जिस ऊचे स्तर पर यहा विचार किया जा रहा है वहा काल की गति नही है। अत अब, तब, उसके बाद, हुआ, होगा, जैसे शब्द यथार्थ के बोधक नही हैं।

अव्याकृत—परमात्मा—ईश्वर

माया के पर्दे म वचन का जो पहला स्वरूप सामने आता है उसे अव्याकृत कहते हैं। उसकी दूसरी सज्ञा ईश्वर है।

माया के माध्यम मे इसका परिचय होता है, इसलिए यह मायाशबल ब्रह्म कहलाता है। परन्तु सच बात यह है कि यदि माया न होती तो ब्रह्म जाना भी न जाता। माया का अर्थ ही है मीयत अनया—इसके द्वारा जाना जाता है। मायाशबल का अर्थ है—माया के द्वारा चितकबरा कर दिया गया। माया के पर्दे म देखा जाकर भी ब्रह्म एक है। अब तक उसम कोई भेद उत्पन्न नही हुआ है। इसलिए अव्याकृत कहलाता है। अव्याकृत उसको कहते है जिसका व्याकरण किसी प्रकार का विभाजन न हुआ हो। उसे ईश्वर कहते हैं पर यह समझ लेना चाहिए कि वह उस अर्थ मे ईश्वर नही है जिस अर्थ म इस शब्द का सामान्यत व्यवहार होता है। वह विश्व का कर्ता धर्ता सहर्ता नही है। वह सांख्य का पुरुष विशेष भी नही है, क्योकि उसके सिवाय कोई दूसरा पुरुष भी नहीं है। उसको परमात्मा भी कहते हैं। इस नाम के द्वारा उसको पृथक् आत्माओ से विशेषता की व्यक्ति हो जाती है।

ब्रह्म से अभिन्न होते हुए भी उसमे एक नये गुण की प्रतीति होती है। ब्रह्म

चिन्मय, ज्ञातृत्व मात्र था, परमात्मा चेनत, ज्ञाता है। ज्ञाता के लिए कोई ज्ञेय विषय चाहिए। उसके सिवाय और कुछ था नहीं। वह अपने आपका ज्ञाता था। उसके ज्ञान का यही रूप था कि वह अपने को जानता था—मैं हूं।

हिरण्यगर्भ

हमारी भावना यह है कि कोई भी ज्ञान हो वह चित्त में होता है। इस दृष्टि से परमात्मा के स्व-विषयक ज्ञान के लिए भी कोई चित्त होना चाहिए। परन्तु उस अवस्था में परमात्मा से भिन्न कुछ और नहीं था। यदि चित्त था तो वही था। वह अपना आप चित्त था। जब उसकी ओर चित्त रूप से संकेत करना होता है तो उसे हिरण्यगर्भ कहते हैं। परमात्मा अपने से अभिन्न हिरण्यगर्भ नामक अपने चित्त में अपने सम्बन्ध के ज्ञान का अनुभव करता है। हिरणयगर्भ को हमने परमात्मा का वह रूप माना है जो सामान्य जीवों के चित्त के समान काम करता है। परन्तु वह अन्य चित्तों से इसलिए भिन्न है कि न उसमें सुख—दुख का भान होता है न शब्द आदि संवित् उठते हैं। वह शुद्ध ज्ञान—प्रधान निर्मल बुद्धि स्वरूप है।

हमने देखा है कि जो ज्ञातृत्व शक्ति चिन्मात्र ब्रह्म में विद्यमान थी वह परमात्मा में अधिक व्यक्त हुई। परमात्मा चेतन ज्ञाता है। ज्ञातृत्व केवल अकेले नहीं रहती। दो और शक्तियां अर्थात् भोक्तृत्व और कर्तृत्व भी उसके साथ मिली होती हैं। भले ही किसी समय विशेष पर तीनों में से एक उद्दीप्त हो और शेष दोनों दबी। हम चाहें तो शक्ति की जगह योग्यता शब्द का व्यवहार कर सकते हैं। यह अधिक उपयुक्त होगा।

विराट्

परन्तु तीनों योग्यताएं साथ साथ रहती हैं, क्योंकि चेतना एक पदार्थ है। जब एक योग्यता सक्रिय हुई तो शेप दोनों चिर-सुप्त नहीं रह सकती थीं। उनका भी सक्रिय होना, योग्यता से शक्ति का रूप धारण करना, अनिवार्य था। हिरण्यगर्भ में ज्ञान के साथ साथ इच्छा और संकल्प की अभिव्यक्ति होना रुक नहीं सकता था। परन्तु जिस प्रकार ज्ञान के लिए विषय चाहिए उसी प्रकार इच्छा और संकल्प के लिए भी विषय का होना अनिवार्य है। ज्ञान का विषय तो परमात्मा था, परन्तु इच्छा और सकल्प किस विषय के प्रति होते? प्रिय से प्रिय वस्तु हो, परन्तु यदि वह निरन्तर ज्ञान का विषय रहेगी तो वह इच्छा और संकल्प का आस्पद नहीं बन सकती। अतः हिरण्यगर्भ की सद्यःजागरित इच्छा और सकल्पशक्तियां तृप्त नहीं हो सकती थीं।

इस अतृप्ति से हिरण्यगर्भ क्षुब्ध हो उठा। इसको वैदिक वाङ्मय में यों कहा है कि हिरण्यगर्भ ने तप किया। अब तक वह उस निर्मल निश्चल जल के समान था

निसम चन्द्रमा प्रतिबिम्बित होता रहता है। जल जब तरंगित हो उठता है तो एक के अनेक प्रतिबिम्बित हो जाते हैं। जितना ही जल का क्षोभ होता है उतने ही प्रतिबिम्ब बनते हैं और फिर सब एक से नहीं होते। कोई सीधा कोई टेढ़ा कोई बड़ा कोई छोटा देख पड़ता है। इसी प्रकार अब तक ब्रह्म का जो एक प्रतिबिम्ब हिरण्यगर्भ में पड़ रहा था वह अनेक हो गया। इसी बात को उपनिषदों में यों कहा है कि उसने इच्छा की कि मैं एक से अनेक हो जाऊं। जहां एक परमात्मा की प्रतीति होती थी वहां अनन्त जीवात्मा प्रतीत होने लगे। जीवात्मा को पुरुष भी कहते हैं।

जीवात्माओं की समष्टि को विराट या विराट् पुरुष कहते हैं। यों तो परमार्थ दृष्ट्या जो ब्रह्म है वही परमात्मा है वही विराट है और वही जीवात्मा है परन्तु जीवात्मा अपने को पृथक मानता है इसलिए जहां परमात्मा अव्याहत है वहां विराट व्याहत है।

प्रधान

समुद्र एक है। जब तक उसमें एक चन्द्रमा देख पड़ता है तब तक उसकी अखंडता बनी रहती है। परन्तु जब उसमें कई प्रतिबिम्ब पड़ जाते हैं तो ऐसा प्रतीत होता है कि एक एक प्रतिबिम्ब के चारों ओर समुद्र का एक खंड है। यह खंड कल्पित है परन्तु जब तक समुद्र क्षुब्ध रहता है तब तक खंड बुद्धि भी रहती है। जलखंड चन्द्र बिम्बों को सीमित करते हैं और चन्द्रबिम्ब जलखंडों को पृथक करते हैं। क्षुब्ध हिरण्यगर्भ में अनेक जीवात्मा हो गये और प्रत्येक जीवात्मा में चेतना को विशिष्ट करने वाला चित्त था। यह चित्त अविभाज्य और अविभक्त हिरण्यगर्भ के अविद्याजनित अंश थे। जब तक जीवों की पृथक सत्ता प्रतीत होती रहेगी तब तक पृथक् चित्त भी रहेंगे। यदि हिरण्यगर्भ फिर अक्षुब्ध हो जाय तो फिर एक प्रतिबिम्ब परमात्मा रह जाय और हिरण्यगर्भ में भेदों की प्रतीति का होना बन्द हो जाय। जब तक ऐसा नहीं होता तब तक प्रत्येक जीवात्मा में एक चित्त होगा क्योंकि परिभाषा के अनुसार चित्त विशिष्ट चेतना को जीव कहते हैं। इन पृथक चित्तों की समष्टि को प्रधान कहते हैं। प्रधान और हिरण्यगर्भ में अन्तर यह है कि जो चित्त जीवविशेष के साथ बंधे होने के कारण एक दूसरे से पृथक हैं उनकी समष्टि अयुतसिद्धावयव वस्तु नहीं हो सकती। सब एक दूसरे से स्वतन्त्र हैं एक को दूसरे की अपेक्षा नहीं है। इनको मिलाकर एक नाम देना उतना ही युक्तियुक्त है जितना सड़क पर अपने अपने कामों से आने जाने वालों को मिलाकर भीड़ या किसी ऐसे ही नाम से पुकारना।

चित्त की शक्तियों को गुण भी कहते हैं। सक्रिय भातृत्व का नाम सत्वगुण सक्रिय भोक्तृत्व का तमोगुण और सक्रिय कर्तृत्व का रजोगुण है।

कुछ लोग ऐसा कहते हैं कि तीनों गुणों की साम्यावस्था प्रधान है। साम्यावस्था वह अवस्था हुई जिसमें कोई भी गुण सक्रिय न हो, परन्तु उस अवस्था में चित्त हो ही नहीं सकता। चित्त न होने का अर्थ यह है कि पुरुषों का नानात्व भी नहीं हो सकता, क्योंकि गुणों की, ज्ञातृत्वादिकी, सक्रियता ही जीवपार्थक्य का हेतु है। जिस अवस्था में पुरुषों का नानात्व होगा उसमें साम्यावस्था नहीं हो सकती। पुरुष का असम, क्षुब्ध, चित्त से ही सान्निध्य हो सकता है।

इसके बाद जगत् प्रपंच का जो विस्तार हुआ है वह, जैसा कि हम आगे देखेंगे, प्रधान में से ही निकला है। प्रधान उसका उपादान है, इसलिए उसको मूलप्रकृति भी कहते हैं। अन्य सब पदार्थ, जिनका उल्लेख आगे होगा, प्रधान की विकृति है।

पुरुष और प्रधान के स्वरूप के सम्बन्ध में भी वह बात सतत स्मरण रखनी चाहिये जो परमात्मा और हिरण्यगर्भ के सम्बन्ध में कही गयी थी। चित्तविशिष्ट चेतना पुरुष या जीवात्मा है, परन्तु सक्रिय चेतना का नाम चित्त है। यह निष्क्रिय सक्रिय का भेद अविद्याजनित है। जब हमारा ध्यान शुद्ध रूप की ओर जाता है तो पुरुष शब्द का और जब अविद्या द्वारा प्रतीयमान सक्रिय रूप की ओर जाता है तब प्रधान शब्द का प्रयोग करते हैं। परमार्थतः जो पुरुष है वही प्रधान है।

अनहम्—न-मैं

जीवात्मा को जो चित्त मिला था वह क्षुब्ध था। उसमें ज्ञातृत्वशक्ति सत्त्वगुण —पहले से ही जाग चुकी थी, अब शेष दोनों शक्तियां—दोनों गुण—भी उद्वुद्ध हो चुकी थीं। सत्त्वगुण के लिए तो विषय था : रज और तम विषयहीन, अतः अतृप्त थे।

जीव के चित्त में जो ज्ञान था वह जीवविषयक था। जीव अपने को जानता था, किन्तु यह ज्ञान परमात्मावस्था के अस्मिता—मैं हूं—रूपी ज्ञान से भिन्न था। जीव के ज्ञान में विशेषता यह थी कि वह अपनी पृथक् सत्ता को जानता था। पार्थक्य का ज्ञान तभी होता है जब अपनी सत्ता के साथ साथ अपने से भिन्न किसी पृष्ठभूमि का भी ज्ञान रहता है। यह भले ही स्पष्ट न हो कि अपने सिवाय क्या है, परन्तु कुछ है ऐसा प्रतीत हुए बिना पार्थक्य की अनुभूति नहीं हो सकती। जीव को इस अवस्था में जो ज्ञान हो रहा था वस्तुतः, उसके तीन अंग थे :

मैं है—अहम् है—अस्मत् है।

न—मैं है—अनहम् है—युष्मत् है—मुझसे व्यतिरिक्त कोई पदार्थ है।

मैं न—मैं नहीं है—अहम अनहम् नहीं है—अस्मत् युष्मत् नहीं है।

था, एक के कारण दूसरे का ज्ञान हो रहा था। जिस अवस्था मे चित्त मे सत्त्वगुण प्रबल होता है उस समय उसे बुद्धि कहते हैं। जीवात्मा बुद्धि से अपना ग्रहण कर रहा था और बुद्धि से ही अपने को न—मैं से भिन्न जान रहा था। मैं और न—मैं मे विवेक करना बुद्धि का उस प्रकार का व्यापार है जिसे अध्यवसाय कहते है।

न—मैं अभी अज्ञात था। इच्छाशक्ति उसे ज्ञान और अवधारण का विषय बनाना चाहती थी। इसके लिए यह आवश्यक था कि मैं के सम्बन्ध मे उसको जाना जाय, मै के साथ उसका सम्बन्ध जाना जाय। इसका परिणाम यह होता है कि न मैं समझ मे आता और परिच्छेदक के स्पष्ट हो जाने से मैं का स्वरूप भी अधिक स्पष्ट होता। गहरे अन्धकार मे प्रकाश अच्छा देख पडता है। इच्छा की पूर्ति के लिए प्रयत्न हुआ। बुद्धि से अहकार उत्पन्न हुआ। अहकार एक ओर तो न—मै को मैं के साथ सम्बद्ध करता है, दूसरी ओर मैं की पृथक्ता को और तीव्र करता है।

कुछ और कहने के पहले दो बातो की ओर ध्यान दिलाना आवश्यक है। पहली बात यह है कि न—मैं की पारमार्थिक सत्ता नही है। चेतना के लिए कोई उपाधि है तो अविद्या। उसका कोई और परिच्छेदक नही है। अविद्या के कारण ही पृथक् जीवात्मभाव हुआ है और फिर इस पार्थक्य को समझने के लिए न—मैं की खोज हुई है। न—मैं बुद्धिनिर्माण है या यो कह सकते हैं कि अविद्या को ही न—मैं के रूप मे प्रतीति हो रही है। दूसरी बात यह है कि परमात्मावस्था तक तो अनुभूतियो का पटपरिवर्तन होने लगा है। *अब अनुभव मे क्रम है, चित्त मे परिणाम होने लगे है,* इसलिए जीवात्मा काल के क्षेत्र मे है।

ज्ञानेन्द्रियां और कर्मेन्द्रियां तथा मन

अभी न—मैं का ठीक ठीक ज्ञान नही हो रहा था। इसलिए सक्रिय इच्छा और सकल्प शक्तियो ने अहकार को उस दशा मे न रहने दिया। वह परिणत हुआ और परिणामस्वरूप उसमे से कई पदार्थ निकले। पहले पदार्थ को ज्ञानेन्द्रिय कहते हैं। ज्ञानेन्द्रिया पाच मानी जाती हैं। हम इनका विवेचन पहले कर चुके है—श्रोत्र, त्वक्, चक्षु, रसन और घ्राण। इन शब्दो का अर्थ कान, चर्म, आख जिह्वा और नाक नही है। कान आदि तो क्रमात् इन्द्रियो के शारीरिक अधिष्ठान है, अर्थात् शरीर के वह भाग है जहा से इन्द्रिया काम करती है। इन्द्रिय चित्त की न—मै ग्राहक शक्ति है वह शक्ति है जिसके द्वारा न—मैं खीचकर चित्त मे लाया जाता है, ज्ञान का विषय बनाया जाता है। जब विषय चित्त के सामने आ गया तो ज्ञानेन्द्रिया उससे निपट लेंगी, परन्तु कभी कभी उसको चित्त का विषय बनाने के लिए और बराबर बनाये रखने के लिए विशेष प्रयास करना पड़ता है। कभी उसको चित्त का अविषय बनाने के लिए भी

प्रयास करना पड़ता है। इस प्रकार उसके सम्बन्ध में ज्ञान भी बढ़ता है और भोक्तृत्व शक्ति भी कृतार्थ होती है। अतः अहंकार से ज्ञानेन्द्रिय के साथ कर्मेन्द्रिय निकली। ज्ञानेन्द्रिय के द्वारा विषय की चित्त पर क्रिया होती है, कर्मेन्द्रिय के द्वारा विषय पर चित्त की प्रतिक्रिया होती है। कर्मेन्द्रियां भी पांच हैं—वाक्, पाणि, पाद, उपस्थ और पायु। मनुष्य के शरीर में जिह्वा, हाथ, पांव, जननेन्द्रिय और गुदस्थान इनके अधिष्ठान हैं। एक और इन्द्रिय निकली जिसे मन कहते हैं। यह ज्ञानेन्द्रिय भी है और कर्मेन्द्रिय भी। मन वह काम करता है जो बड़े नगरों में टेलीफोन एक्सचेंज से लिया जाता है। सब तार वहीं आकर मिलते हैं। यदि "क" को "ख" से कोई बात कहनी होती है तो वह सन्देशा एक्सचेंज में से होकर जाता है। ज्ञानेन्द्रियां जो ज्ञान भीतर लाती हैं और कर्मेन्द्रियां जो संकल्प बाहर ले जाती हैं, सब मन में मिलते हैं। विषय का जो स्वरूप ज्ञानेन्द्रियों के द्वारा अविगत हैं सब मन में मिलते हैं। विषय का जो स्वरूप ज्ञानेन्द्रियों के द्वारा अधिगत होता है उसे संवित् कहते हैं। वह—संवित्—मन में होता है। फिर अहंकार उसको पुराने ज्ञानभंडार से मिलाता है, मैं के साथ उसको सम्बद्ध करता है, तब बुद्धि अध्यवसाय करती है। यदि वह भोगानुकूल प्रतीत हुआ तो उसे ज्ञान का विषय बनाये रखने के लिए, अन्यथा ज्ञान का अविषय बनाने का प्रयास होगा। यह संकल्प बद्धि से मन के द्वारा कर्मेन्द्रियों तक पहुंचता है। मन संवित् और सकल्प के बीच का सम्बन्ध सूत्र है।

न—मैं की सत्ता का ज्ञान तो जीवात्मा को आरम्भ से ही था, किन्तु वह ज्ञान अस्पष्ट, असम्पूर्ण था। उसको पूर्ण करने के लिए ही चित्त की आकुलता उसको परिणत कर रही थी और ज्ञानेन्द्रियादि की उत्पत्ति कर रही थी। इसलिए इनके साथ ही अनहम्—न मैं—का प्रथम स्पष्ट ज्ञान भी उत्पन्न हुआ। चित्त में श्रोत्रेन्द्रिय के द्वारा प्रथम संवित्—शब्द—की उत्पत्ति हुई। संवितो को तन्मात्रा भी कहते हैं, क्योंकि उनके द्वारा उसका—अज्ञात न—मैं, युष्मत्—का भान, ज्ञान, होता है।

आदि शब्द

मूलप्रकृति से हम इन्द्रिय, मन और शब्द तन्मात्रा तक पहुंचे हैं। विकास की यह अवस्था उस भौतिक जगत् का प्रवेश द्वार है जिससे हम परिचित हैं।

श्रोत्रेन्द्रिय और शब्द के सम्बन्ध में न केवल अशिक्षितों प्रत्युत पंडितों में भी बहुत भ्रम फैला हुआ है। इस भ्रम का कारण यह है कि निगमागम पढ़ तो लिये जाते हैं, परन्तु उनके अर्थ को समझाने का प्रयत्न नहीं किया जाता। निदिध्यासन करने का तो नाम भी नहीं लिया जाता। सम्यक्रूपेण मनन भी नहीं होता। इसलिए वाग्जाल का विस्तार बढ़ता जाता है, विकल्प परिवार में वृद्धि होती जाती है और एक ओर

शास्त्र हास्यास्पद बन जाता है, दूसरी ओर पढ़ने पढ़ानेवाले सत्य से दूर होते चले जाते हैं।

शब्द का अर्थ स्वन—उस प्रकार का संवित् जो दो ठोस वस्तुओं के टकराने पर होता है माना जाता है और श्रवणेन्द्रिय उसकी ग्राहक मानी जाती है। यह बात ठीक है, परन्तु स्वन का क्षेत्र तो बहुत संकुचित है। वैज्ञानिक प्रयोगों से सिद्ध है कि यदि किसी प्रकार के आघात के कारण कोई वस्तु प्रकम्पित हो उठे और उसके चारों ओर कोई ऐसा ठोस या तरल माध्यम हो जो हमारे कान तक पहुंचता हो तो उस माध्यम मे एक प्रकार की लहर उत्पन्न होती है जिसके फलस्वरूप हमको स्वन—संवित् होता है। हमारे नाडी संस्थान की बनावट ऐसी है कि यदि वस्तु का कम्पन लगभग सोलह बार प्रति सेकेण्ड से कम या लगभग पचास हजार प्रति सेकेण्ड से अधिक हो तो स्वन नहीं सुन पडता। जहा कोई ठोस या तरल माध्यम नही है वहा कम्पन भले ही हो, परन्तु स्वन नही आ सकता। सूर्य, चन्द्र, नक्षत्र आदि से हमको प्रकाश मिलता है, स्वन नही। किन्तु पोथियो के आधार पर पंडित सम्प्रदाय शब्द का सम्बन्ध आकाश से जोडता है जो सर्वथा अवैज्ञानिक जान पडता है।

जो स्वन कान से सुन पडते है, चाहे वह मनुष्य या पशुपक्षी की बोली के अंग हो या जड वस्तुओ से उत्पन्न होते हो, उनको हम मुह से भी बोल सकते हैं। ऐसे स्वनों के समूह को वैखरी वाणी कहते है, परन्तु जिसको दर्शन मे शब्द कहते है वह वैखरी से अधिक सूक्ष्म है।

चित्त क्षुब्ध था, चचल, अस्थिर था। तीनो गुण, तीनो शक्तिया, जाग्रत थी। एक का तिरोभाव, दूसरे का प्रादुर्भाव हो रहा था। यही चित्त के परिणामी, परिवर्तनशील होने का हेतु है। न—मैं को पूर्णतया जानने और भोगने के लिए आकुलता थी। यह न—मैं चित्त के बाहर कही नही था, बुद्धि निर्माण मात्र था, फिर भी उस अवस्था मे चित्त उसे विषय बनाना चाहता था, उसको समझना चाहता था। जिसके जानने के लिए उत्सुकता थी, तनाव था, वह स्वय चित्त के भीतर था। इसलिए जब वह पहले पहले जाना गया तो चचलता के रूप मे। अपनी चचलता का निक्षेप न—मैं मे करके चित्त ने पहले यह जाना कि न—मैं चचल, अस्थिर है। पहला संवित् अस्थिरता, परिवर्तनशीलता, का हुआ। इसी का नाम शब्द है। जो इन्द्रिय इसका ग्रहण करती है उसका नाम श्रोत्रेन्द्रिय है।

यह अस्थिरता उन सब पदार्थों मे भी है जिनसे हमको स्वन मिलते है। इसका तात्पर्य यह है कि प्रत्येक भौतिक पदार्थ प्रत्येक क्षण में शब्दायमान है, परन्तु हमारी श्रोत्रेन्द्रिय को जिस शरीररूपी उपकरण से काम लेना पडता है वह इस शब्द समूह के अधिकांश को अगृहीत बना देता है। केवल वह थोडा सा भाग सुन पडता है जो इस

शरीर के ही समान छोटे बड़े पिण्डों के आहत होने पर निकलता है। स्वन ही एक ऐ
संवित् है जिससे हमको वस्तुओं की चंचल अवस्था का परिचय मिलता है। योगि
का ऐसा कहना है कि जब प्राण किंचित् ऊर्ध्वमुख होता है तो इन्द्रियों का शरीरगत बन्
भी शिथिल पड़ जाता है। उस समय श्रोत्रेन्द्रिय अनाहत शब्द—बिना आघात
सहज शब्द—का ग्रहण करती है। उस समय भौतिक पदार्थों की सहज चंचलता का स
होता है। यह संवित् उन रूपादि दूसरे संवितों के अतिरिक्त हैं जो हमको भूतों से प्र
होते हैं। उस आदिम अवस्था में तो कोई भूत नहीं था, कोई दूसरा संवित् हो न
सकता था, केवल शब्द था। श्रोत्रेन्द्रिय उसके मूल रूप का ग्रहण कर रही थी।
रूप इसलिए कहता हूं कि भौतिक वस्तुओं में चंचलता के भी स्वभावतः अनेक भेद
जाते हैं, इसलिए वैखरी वाणी में व्यंजनीय स्वरों से लेकर अहंकार से निकले अ
शब्द तक स्थूल सूक्ष्म शब्द संवितों की अपार राशि है। हमारे सारे गानवाद्य उ
सामने तुच्छ हैं। आदि शब्द को योगियों ने अनेक नाम दिये हैं। वही आदि श
उद्गीथ, प्रणव, स्फोट, तार, नाद, सत्यनाम, परावाणी, गगनगिरा, नीर
की बोली, लोगांस और सुल्तानुल अज़कार है।

आदि शब्द को ओंकार भी कहते हैं। ओंकार के अ, उ, और म् तीन अंग
जाते हैं। इन तीन अक्षरों के अनेक प्रकार से अर्थ किये जाते हैं। इस सम्बन्ध में
ने बड़ी बड़ी पुस्तकें लिख डाली हैं। परन्तु यह सब शास्त्रार्थ की बातें हैं, जिनमें
कर नासमझ अपना समय नष्ट करते हैं। सच्चा ओंकार वह है जो अनुच्चार्य
इसीलिए छान्दोग्य उपनिषद् में लिखा है कि देवगण उद्गीथ को जब सब जगह ढूं
हार गये तब वह उनको प्राण में मिला।

शब्द समस्त भौतिक जगत् में व्याप्त है इसलिए श्रोत्रेन्द्रिय अन्य सब इ
से बलवती तथा सूक्ष्मग्राही है। कम्पन तो सोलह बार प्रति सेकेंड से कम और
हज़ार बार से अधिक भी होता होगा, पर हमको उसका पता नहीं लगता।
अवस्था में वस्तु हमारे लिए अज्ञात रहती है। जब कम्पन का वेग बहुत बढ़ जाता
ताप की अनुभूति होने लगती है तथा वेग और बढ़ने पर प्रकाश की। किन्तु यदि
बढ़ता ही जाय तो हमारी इन्द्रियां जवाब दे देती हैं। ऐसा प्रतीत होता है कि
ने हमारे ऐन्द्रिय ज्ञान की लड़ी कई जगहों से तोड़ दी है। वस्तुतः ऐसा नहीं है।
की अनुभूति बराबर हो सकती है। आवश्यकता इस बात की है कि श्रोत्रेन्द्रि
दासता से मुक्त की जाय जो शरीर ने उस पर मढ़ दी है। विपत्ति यह है कि चि
उसको वैखरी क्षेत्र के स्वनों के पीछे दौड़ने से छुट्टी नहीं देना चाहता।

का नाम आकाश है। सारी चचलता, सारी अस्थिरता, सारी गतियो का आस्पद यह आकाश वही पदार्थ है जिसको दिक् नाम से भी पुकारा जाता है। बुद्धि सवितो से उनके हेतुओ का निर्माण किया करती है। आकाश प्रथम बुद्धिनिर्माण था।

शेष तन्मात्रा तथा महाभूत

न—मैं स—जो अब शब्दवान् आकाश था—दूसरा सवित् त्वगिन्द्रिय के द्वारा प्राप्त हुआ। इसको स्पर्श कहते है। स्पर्श और त्वक् के सम्बन्ध मे भी कुछ उसी प्रकार की भूल होती है जैसी शब्द और श्रोत्र के सम्बन्ध मे की जाती है। साधारणत स्पर्श का अर्थ होता है छूना, इसलिए स्पर्श के कठिन और कोमल, दो भेद किये जाते हैं। तापमान भेद से स्पर्श को शीत और उष्ण कहते हैं। परन्तु स्पर्श का क्षेत्र इससे व्यापक है। विज्ञान के अनुसार ऊर्जा एक है। वही कभी ताप के रूप मे अनुभूत होती है कभी प्रकाश के, वही नाडियो मे दौडती है, मास-पेशियो को कार्यकुशल बनाती है रासायनिक क्रिया कराती हैं, तार और बेतार को चलाती है। उसके कुछ भेदो का अपरोक्ष अनुभव हमको होता है, कुछ का नही। जो अनुभव होते हैं उनको हमने ताप और प्रकाश जैसे नाम दे रखे हैं।

यदि यह बात ठीक है तो हम फिर वही अभियोग प्रकृति पर लगा सकते हैं कि उसने कई बातें हमसे छिपा रखी हैं। उनको जानने के लिए कोई इन्द्रिय नही हैं, न इन्द्रिय के अभाव मे सवित् हो पाता है। वस्तुत यह अभियोग ठीक नही है। सवित् होता है। वह सवित् हमारे साधारण जीवन मे ताप और उससे भी नीचे उतर कर काठिन्यरूपी होता है, पर इसके सूक्ष्म भेद भी हैं, इनका भी ग्रहण त्वगिन्द्रिय करती है। जब वह शरीर के बन्धन से छुटकारा पाती है तो सूक्ष्म स्पर्श के सवित होते हैं।

जिस प्रकार शब्द से आकाशनामा बुद्धिनिर्माण हुआ उसी प्रकार स्पर्श तन्मात्रा से वायु नाम का बुद्धिनिर्माण बना। शब्द स्पर्शवान न—मैं वायु है। वही प्राण है वही विद्युत् है, वही वह शक्ति है जो अनेक दूसरे रूपो से भौतिक जगत् को परिचालित कर रही है।

अब अधिक विस्तार से लिखना अनावश्यक है। वायु से चक्षुरिन्द्रिय द्वारा रूप सवित् हुआ और रूप स शब्द स्पर्श रूपवान तेजवान तेजनामा बुद्धि निर्माण बना। तेज स रसनेन्द्रिय द्वारा रससवित् हुआ और रस से शब्द स्पर्श रूप रसवान अपनाम का बुद्धिनिर्माण हुआ। अप् से घ्राणेन्द्रिय द्वारा गन्ध सवित् मिला और गन्ध से शब्द स्पर्श रूपरस गन्धवती क्षिति बुद्धि निर्माण बनी। इस प्रकार सब भूतो की उत्पत्ति हो गयी। फिर तो भूतो के विभिन्न मात्राओ म मिलने से यह विश्व, यह भौतिक जगत बना, जो हमारे दैनिक जीवन का क्षेत्र है। भूतो के मिलने से नये सघातो का बनना और उनके

बिखरने से पुराने संघातों का टूटना निरन्तर जारी है। यही हमारा युष्मत् प्रपंच है।

भूतों का यह क्रम आजकल की वैज्ञानिक विचारधारा के अनुकूल प्रतीत होता है। इसमें आश्चर्य की कोई बात नहीं है। परन्तु यदि आगे चलकर वैज्ञानिक सिद्धान्तों में कुछ संशोधन हो तब भी दार्शनिक क्रम यही रहेगा। यह हो सकता है कि वैज्ञानिक शोध के और बढ़ने से हमको भूतों के स्वरूप को समझने में और सहायता मिले। इस स्थल पर इतना जान लेना पर्याप्त है कि भूतों में सब का मूल वायु है और उसके स्पर्श संवित् को ग्रहण करने वाली इन्द्रिय त्वक् है। वायु का स्थूलीभूत रूप, जो रूप संवित् द्वारा चक्षुरिन्द्रियग्राह्य है, तेज है। तेजस अवस्था में तत्त्वों का विभाग नहीं हुआ। जब तेज घनीभूत होता है तो पृथक् तत्त्व बनने लगते हैं। उस रूप को अप् कहते हैं और उसके रससंवित की ग्राहक इन्द्रिय रसना है। पिण्डीभूत अप् क्षिति कहलाता है। उसके गन्धसंवित् का ग्रहण घ्राण इन्द्रिय करती है।

भूतों की पारमार्थिक सत्ता के सम्बन्ध में भ्रम न होना चाहिए। अविद्या के कारण जीवात्मा अपने को जीवात्मा—परिच्छिन्न—पृथक् व्यक्ति मानता है। अविद्या उसके भीतर है पर वह अपने परिच्छेदक को ढूंढ़ता है, उसको जानना चाहता है। चित्त क्षुब्ध, आकुल होता है, बुद्धि से अहंकार की सृष्टि होती है और अहंकार से इन्द्रियों और मन की। इन्द्रिय और मन के द्वारा चित्त में अनेक संवित् होते हैं अर्थात् वह अनेक प्रकार से उस पदार्थ को ज्ञान और भोग का विषय बनाता है, जो सदा से उसके भीतर है। प्रत्येक संवित् के अनुसार उस पदार्थ, उस न—मैं, का नया ज्ञान होता है और बुद्धि उसके विषय में एक नयी कल्पना करती है। बुद्धि के ये निर्माण ही आकाशादि हैं। ऐसा कह सकते हैं कि जो ज्ञातृत्वादि योग्यतात्रय अपनी साम्यावस्था या शुद्धावस्था में चेतना, ब्रह्मरूप है, वही सक्रिय अवस्था में चित्त है और वही घनीभूत होकर भूत हो गयी है। जो ज्ञाता है, वही ज्ञान का साधन है, वही ज्ञेय है। यह त्रिपुटी अविद्याकृत है, जड़चेतन का भेद अविद्या कृत है, अस्मत्—युष्मद् का विभाग अविद्याकृत है।

हमने देखा कि किस प्रकार एक अद्वैत ब्रह्म अनेक रूपों में हमारे सामने प्रकट होता है। यह सच है कि यह नानात्व कल्पित और अविद्याकृत है। परन्तु उसकी प्रतीति तो हो ही रही है। भले ही हमारे सामने जो वस्तु पड़ी है वह रस्सी का टुकड़ा हो, परन्तु जब तक हमको सर्प की प्रतीति हो रही है तब तक तो वह हमारे लिए सर्प ही है और हमारे भीतर वह सब प्रतिक्रियाएँ होती रहती हैं जो वास्तविक सर्प से होतीं। चित्त में स्वभावतः यह प्रश्न उठता है कि क्या कभी इस द्वैत भावना, इस अविद्याजन्य नानात्व, से छुटकारा भी मिल सकता है?

अविद्या का प्रतिषेध तो विद्या है। किसी प्रकार का कर्म नहीं। इसका अर्थ यह हुआ कि जब तक अज्ञान दूर नहीं होता तब तक द्वैत का भान होता रहेगा। विद्या दो प्रकार की होती है परा और अपरा। साधारणत जो कुछ पढ़ा लिखा जाता है वह सब अपरा विद्या है। परा विद्या तो उसको कहते हैं जिससे आत्म साक्षात्कार होता है अर्थात् नानात्व का पूर्णतया ह्रास होकर अपने शुद्ध ब्रह्म रूप की अनुभूति होती है। उसका चर्चा आगे के अध्यायो मे होगा। परन्तु परा विद्या के उदय होने के पहले भी किन्ही अवस्थाओ मे अशत नानात्व, द्वैत, का सकोच होता है।

सुषुप्ति

स्वस्थ मनुष्य प्रतिदिन कुछ देर के लिए गहरी नींद सो जाता है। जो ऐसा नही कर सकता वह अपने को अभागा मानता है। सुषुप्ति मे भोक्तृत्व और कर्तृत्व शक्तिया निष्क्रिय हो जाती हैं, ज्ञातृत्व मे हल्की सी सक्रियता रहती है। इस अवस्था म नानात्व लुप्तप्राय हो जाता है। परन्तु सुषुप्ति बहुत देर तक नहीं रहती। जागने के साथ ही पुराने सस्कार फिर बलवान् हो जाते हैं और नानात्व की प्रतीति पूर्ववत् होने लगती है। सुषुप्ति मे भले ही अपने पार्थक्य का स्पष्ट अनुभव न हो परन्तु जागने पर यह पार्थक्य पूर्ण रूप से छा लेता है जिससे यह स्पष्ट होता है कि यह बात दब सी गयी थी, पूर्णतया लुप्त नहीं हुई थी। दो व्यक्ति भले ही एक दूसरे के पास सोये हो परन्तु ऐसा कभी नही देखा गया कि जागने पर एक स्मृति और सस्कार दूसरे के शरीर मे आ गये हो।

महाप्रलय

यो तो विशेष कारणो से किसी व्यक्ति को किसी समय भी नींद लग सकती है, किन्तु कुछ ऐसी परिस्थिति होती है कि रात मे एक ही समय लाखो मनुष्य सोते देख पडते हैं। सब एक दूसरे से पृथक् हैं, पर सब के व्यक्तित्व खोये हुए से रहते हैं। कभी-कभी ऐसा होता है कि ऐसी अवस्था दीर्घकाल के लिए बहुत से जीवो की हो जाती है। ज्योतिषी निश्चय के साथ कही कह सकता कि किन खेचर पिंडो पर जीवधारी रहते है। सब प्राणियो के शरीर पृथिवी पर रहनेवालो के समान है, यह बात क्यो मानी जाय? ऐसी परिस्थिति उत्पन्न हो सकती है जिसमे एक दूसरे से सम्बद्ध बहुत से पिंड एक साथ नष्ट हो जाय या बसने के योग्य न रह जाय। सूर्य को किसी प्रकार का आघात पहुचने से सौर मडल के सारे ग्रहो की यही गति होगी। सूर्य धीरे धीरे ठडा हो रहा है। एक दिन उसकी ठडक इतनी बढ जायगी कि यदि उस समय उसके साथ कोई ग्रह बच रहा तो वह हम जैसे प्राणियो के बसने के अयोग्य हो चुका होगा। सूर्य आकाश गगा में

है। यदि इस नीहारिका के उस प्रदेश में, जिसमें सूर्य इस समय है, कोई क्षोभ उत्पन्न हो तो सूर्य और उसका परिवार नष्ट हो जायगा। क्षोभ होगा या नहीं, यदि होगा तो कब और कैसे होगा, यह सब हम अभी नहीं जानते। कुछ विज्ञानविदों को ऐसा प्रतीत हो रहा है कि वायु की सक्रियता कम हो रही है अर्थात् धीरे धीरे सारे भौतिक पिंड निश्चेष्ट, गतिहीन होते जा रहे हैं। यदि ऐसा है तब भी सम्भवत: एक दिन इन पर प्राणी न रह सकेंगे। परन्तु जीव नष्ट नहीं होते, वह प्रसुप्त से हो जाते हैं। ऐसी दशा को, जिसमें जगत् का बहुत बड़ा भाग नष्ट या बसने—जीवों के भोग—के अयोग्य हो जाता है, महाप्रलय कहते हैं। महाप्रलय में उस खंड के जीव हिरण्यगर्भ में निमज्जित रहते हैं। जब फिर परिस्थिति अनुकूल होती—और अनुकूल परिस्थिति का पुन: स्थापित होना अनिवार्य है, क्योंकि जीवों के भीतर ही तो सारी परिस्थितियों का भंडार है—तो नयी सृष्टि होती है। जीवों की ज्ञातृत्वादि शक्तियां चिरसुपुप्त नहीं रह सकतीं, क्योंकि अविद्या तो कहीं गयी नहीं है। शक्तियां जब जागरणोन्मुख होती हैं तो जीव हिरण्यगर्भ में से पुन: निकलते हैं। प्रत्येक जीव अपने संस्कार अपने साथ लाता है। फिर जगत् का निर्माण करते हैं। पिछले संस्कारों के कारण जीवों में वैलक्षण्य होता है, इसलिए एक ही प्रकार के शरीर से सबका काम नहीं चल सकता। परिस्थितियां बदलती हैं, सबको अपने अपने अनुरूप शरीर मिल जाते हैं। यों ही सर्ग और प्रतिसर्ग का प्रवाह चला जाता है।

महाप्रलय और नूतन सृष्टि के बीच में जितने काल तक जीव हिरण्यगर्भ में प्रलीन रहते हैं उतने दिनों तक उनके लिए नानात्व लुप्तप्राय रहता है। परन्तु यह लोप भी आत्यन्तिक नहीं है। उस अवस्था में भी ज्ञानशक्ति काम करती है और उसके बाद नानात्व का वृक्ष फिर हरा भरा हो जाता है।

सौन्दर्यानुभूति

कुछ ऐसे दृग्विषय हैं जिनको देखकर हृदय में रस का संचार होता है। गगनचुम्बी हिमाच्छादित गिरिशिखर, समुद्र की फेनिल उत्ताल तरंग, प्रपात और निर्झर, तारों से जगमगाता आकाश, शीतल शशिप्रभा, यह सब मनोरम लगते हैं। किसी तूलिका से निकला चित्र, किसी कवि के मुंह से निकले कुछ शब्द, चित्त को बरबस अपनी ओर खींच लेते हैं। हम इन सब में जो मनोहारिता पाते हैं उसको सौन्दर्य कहते हैं। यह सब अपने अपने ढंग से सुन्दर हैं।

सौन्दर्य के सम्बन्ध में बृहत् वाङ्मय है। विशेषज्ञों ने जिन बातों का विवेचन किया है उनमें पड़ने की हमको आवश्यकता नहीं है।। यहां तो सौन्दर्यानुभूति के विषय

है। द्रष्टा की दृश्य के साथ तन्मयता हो जाती है और दर्शनमात्र रह जाता है। जितनी ही तन्मयता होती है उतनी ही गहरी सौन्दर्यानुभूति होती है। सौन्दर्य की यही कसौटी है कि वह चित्त को एकाग्र कर सके। अनुभूति कुछ तो द्रष्टा पर निर्भर करती है, कुछ दृश्य पर। द्रष्टा अपने को जितना ही वासना से शून्य करता है उतनी ही उसको सौन्दर्य की अनुभूति होती है। वासना रागात्मक हो या द्वेषरूपा, वह सौन्दर्य पर पर्दा डाल देती है। कामी पुरुष सौन्दर्य को न ढूंढता है, न पाता है, वह रति वासना की तृप्ति मात्र चाहता है। जो क्रोध से पागल हो रहा है उसके लिए फूल से कोमल बालक में भी सौन्दर्य नही है, जिसकी इच्छा कही और अटकी हुई है उसके लिए कोई दृश्य सुन्दर नही हो सकता। जब चित्त अपने को किसी वस्तु पर लगा देता है तो उसका पूरा ज्ञान होता है, उसका सारा तत्त्व, सारा रहस्य, आप से आप सामने आता है। नाटक के प्रेक्षण का पूरा लाभ उसी को मिलता है जो स्वय अभिनेता नही होता। ऐसे प्रेक्षक को प्रतिक्षण वस्तुस्वरूप का कोई नया अनुभव होता है, जो उस मनुष्य को नही हो सकता जो उसको भोग का साधनमात्र मानता है।

सौन्दर्यानुभूति की कुजी स्रोतापत्ति—अपने को प्रवाह मे डाल देना—है। सौन्दर्य—वस्तु का स्वरूप—तब पूरा पूरा सामने आता है जब सौन्दर्य की भी खोज, उसके लिए प्रयास, न हो। ऐसा होने पर ही बूद उस समुद्र को उन्मुक्त कर देती है जो उसके गर्भ मे सतत छिपा रहता है। खिले कमल मे, बादलो मे से झाकती ज्योत्स्ना मे, उषा के स्मित मे, मयूर के नृत्य मे, विधवा के मौन रुदन मे, अनाथ की लुटी आखो मे, विश्व का रहस्य भरा है। हम रुदन के सम्बन्ध मे सौन्दर्य शब्द सुनकर चौकते हैं। यह प्रयोग कुछ असाधारण सा तो है, परन्तु हमारे चौकने का मुख्य कारण यह है कि हम सौन्दर्य को भोग्यता का अग मानने के अभ्यासी हो गये है।

जो चित्त किसी भी वस्तु के प्रति अपने को इस स्रोतापत्ति अवस्था मे डाल देता है उसको उस वस्तु का यथावत् अनुभव तो होता ही है, अर्थात् उसमे वह सब सवित् तो प्राप्त होते ही है जो अन्यथा स्यक्त रहते हैं, बुद्धि को उसमे वह शक्तिया मूर्तिमती देख पडती हैं जो जगत् को परिचालित करती प्रतीत हो रही है। ऊचा पहाड पत्थरो का ढेर नही है, वह शक्ति है जो गुरुत्वाकर्षण को अभिभूत कर रही है, उस आज का प्रतीक है जो नीचे खीचनेवाली परिस्थितियो को ठोकर मारकर ऊपर उठाता है, वसन्त मे कली नही चटकती, शिशिर मे पत्तिया नही झडती, ब्राह्मी और रौद्री शक्तिया काम करती हैं, कमल किंजल्क के बीच मे भौरा रसपान नही करता, लक्ष्मी अमृत के कलश लुढ़काती है कुतिया अपने बच्चो को दूध नही पिलाती साक्षात् जगद्धात्री जीवो मे प्राण डाल रही है। इन शब्दो का प्रयोग नहीं किया जाता, इन शक्तियो की कल्पना भी बहुतो को नही होती, फिर भी इनका साक्षात्कार होना

है। देखनेवाला अपने साधारण जीवन के ऊपर उठ जाता है, भौतिक जगत् का कुछ अंश पीछे छोड़ देता है, उसको ऋत और सत्य की कुछ झलक मिल जाती है, नानात्व का कुछ उपशम हो जाता है, उस एक पदार्थ से थोड़ा बहुत तादात्म्य प्राप्त हो जाता है जो सबका मूल है। सौन्दर्यानुभूति या रसानुभूति एक प्रकार की समाधि है। वह लोग भाग्यवान् हैं जिनको यह अनुभव प्राप्त होता है। एकाध बार स्यात् सबको ही ऐसा हो जाता है, परन्तु किसी किसी को जन्मना यह सिद्धि प्राप्त होती है। ऐसा अनुभव बहुत देर तक नहीं ठहरता, परन्तु जब तक रहता है तब तक चित्त एक अपूर्व उल्लासमय अवस्था में रहता है। जो लोग अपने इस अनुभव को दूसरों तक पहुंचाने की क्षमता रखते हैं वही कवि और कलाकार कहलाने के पात्र हैं।

दृश्य द्रष्टा से भिन्न नहीं है। अविद्या ने ही यह द्वैध उत्पन्न किया है। दृश्य रूप में द्रष्टा को अपना दर्शन होता है। दृश्य में जो भी स्थूल सूक्ष्म लक्षण प्रतीत होते हैं वह द्रष्टा की ही चित्तप्रसूति हैं। अतः जब चित्त एकाग्र होता है और रस की अनुभूति होती है उस समय द्रष्टा अपने ही सूक्ष्म रूप को देखता है। दृश्य सिमिटकर द्रष्टा के पास आ जाता है।

यों तो विशिष्ट व्यक्तियों के लिए सर्वत्र सौन्दर्य है, परन्तु कुछ वस्तुएं ऐसी हैं जो चित्त को अपनी ओर जल्दी खींचती हैं। इनमें मौलिक शक्तियां इस प्रकार व्यक्त होती है कि उनका एक बार तो चित्त पर प्रभाव पड़ता ही है। ऊंचे पहाड़, समुद्र की उठती लहरें, खिले फूल, नदी का कल-कल प्रवाह, इन्दुरश्मिप्रभा, सीकरसिक्त संगमर्मरशिला, नक्षत्रवसना निशा—इनकी ओर चित्त खिंच ही जाता है।

यही बात सच्चे कलाकार की कृति में होती है। कलाकार फोटो नहीं खींचता। वह प्रकृति की अनुकृति नहीं करता। उसका उद्देश्य यह है कि सत्य की जो झलक उसको मिली है वह दूसरों को भी मिले। इसके लिए उसको भौतिक साधनों से काम लेना पड़ता है और यह साधन अपने सहज दोषों को छोड़ नहीं सकते। चंचल सक्रिय पदार्थों को धातु, पत्थर या कागद में बांधना उनको मार डालना है। उसका कौशल इसी बात में है कि कला की सामग्री कला के उद्देश्य को कम से कम व्यवहित कर सके। कवि इस बात में भाग्यवान् है, कि उसका उपकरण शब्द है। शब्दों में प्रवाह होता है और वह विचार प्रवाह के प्रतीक होते हैं। पद्य में विभिन्न छन्दों की मात्रा और लय के संघटन से प्राणों में लय उत्पन्न होता है और इससे चित्त की एकाग्रता में सहायता मिलती है। शब्दों का प्रयोग भी ऐसा होता है कि बुद्धि ब्योरे की बातों में न उलझकर उसी तत्त्व पर टिके जहां कवि उसे जमाना चाहता है।

काव्य दृश्य हो या श्रव्य, कवि को विभाव और स्थायी से काम लेना पड़ता है, अनुभाव और सात्त्विक को दिखाना पड़ता है,परन्तु उसका लक्ष्य रस ही रहता है। यदि

नायक नायिका या उद्दीपन सामग्री या रति आदि भाव या पात्रो की चेष्टायें अपने आगे न बढ़ने दें तो कवि की प्रतिभा का दोष है। यह सब तो रस के लिए बहानामात्र होना चाहिए। किसी पुरुष का किसी स्त्री के प्रति प्रेम, किसी प्रोषितपतिका का विलाप किसी माता का पुत्र की मृत्यु पर क्रन्दन, किसी महापुरुष की आत्मबलि, किसी सयमी की तपस्या—वर्णन का आधार प्रत्यक्ष दशा मे कोई व्यक्तिविशेष ही हो सकता है परन्तु चित्त इन उदाहरणो से उठकर प्रेम, करुणा, त्याग और वैराग्य के निर्व्यक्ति क्षेत्रो म मडराने लगता है। श्रोता अपने म पात्र को और पात्र मे अपने को देखने लगता है, थोडी देर क लिए अनुभूति का घेरा नि सीम और उसकी गहराई अथाह हो जाती है।

कलाओ म सगीत का स्थान सबस ऊचा है। सगीत साहित्य से भी ऊपर उठा है। शब्द अपने अर्थों और ध्वनियो को नही छोड सकते, इसलिए वह बुद्धि को कुछ न कुछ उलझाये बिना नही रह सकते। सगीत म स्वर और ताल से काम लिया जाता है। जिस स्फोट स भौतिक जगत् निकला है उसकी पहली अभिव्यक्ति स्वरो मे हुई इसलिए स्वरराशि परावाणी के बहुत निकट है। अच्छे गाने या बजानेवाले को भाषा म कुछ बतलाने की आवश्यकता नही होती, स्वरो का आरोहावरोह प्राण को झकृत कर देता है ऐसा प्रतीत होता है कि देह का बधन छूट गया, मैं उठता, फैलता सा जाता हू, एक अदभुत आनन्द अपने म छा जाता है, रस का महोदधि उमड आता है। सामवेद के उद्गाता और वीणा के कुशल बजानेवाले अनाहत नाद से स्वर मिलाते हैं नटवर की पायल ब्रह्माडो के स्पन्दन को ताल देती है। ऐसे सगीत विशारद भी कम हैं जिनको ताल और स्वर मडल पर इतना चमत्कारी अधिकार हो ऐसे भाग्यवान् भी कम हैं जो सगीत से ऐसा रस पाते हो, परन्तु क्षण भर क भी ऐसा समाधिकल्प अनुभव मनुष्य को पवित्र कर देता है।

कभी कभी ऐसा अनुभव जिसका ऊपर उल्लेख किया गया है—प्राण का भीतर की ओर खीचना, सास का रुक सा जाना, शरीर का शिथिल पड जाना, अपना ऊपर उठना या चारो ओर फैल सा जाना—एसे लोगो को भी हो जाता है जो न कला कलाकार हैं न कला के विशेष प्रेमी। ऐसा प्रतीत होता है कि इस क्षण भर मे विश्व का सारा रहस्य समझ मे आ गया। बाद म इसकी कोई स्मृति नही रहती कि समझ मे क्या आया था। ऐसे लोग या तो इस अनुभव की ओर उपेक्षा करते हैं या इसको ही समाधि की काष्ठा समझ लेते हैं। दोनो ही अवस्थाओ मे वह ऐसे दुर्लभ अनुभव को आत्मसाक्षात्कार की सीढ़ी बनाने से वचित रह जाते हैं। उनको वह पद भी प्राप्त नहीं होता जहा कलाकार पहुचता है क्योकि योगी न होते हुए भी सच्चा कलाकार समाधि की निम्न भूमियो म बारम्बार प्रवेश कर सकता है।

जिस समय वैज्ञानिक प्रयोक्ता अपने शास्त्र की गूढ़ समस्याओं पर विचार करत
है, उस समय थोड़ी देर के लिए उसकी बुद्ध के सामने से भी नानात्व के बादल ह
जाते हैं और एकत्व की एक झलक देख पड़ जाती है। यह झलक अस्फुट भले ही ह
परन्तु उसमें अद्भुत स्फूर्ति होती है। जिन लोगों ने विज्ञान में नवयुग प्रवर्तित करने
श्रेय पाया है उन सबको ऐसा अनुभव कभी न कभी हुआ है। यह वह विन्दु है ज
विज्ञान और कला की रेखायें एक दूसरी को काटती हैं।

कुछ ऐसा ही अनुभव उस व्यक्ति को भी कभी हो सकता है जो दार्श
समस्याओं पर गम्भीर मनन करता है परन्तु यदि मनन के साथ साथ निदिध्यासन
हुआ तो व्यर्थ है। कोरे अनुमन्ता के सामने सत्य के स्वरूप के कोई नये पटल न
आते, वह बुद्धिनिर्माणों, विकल्पों और शब्दों के जंगल में भटकता रह जाता है।
केवल पंडित है उसका पद विज्ञान के आचार्य और सच्चे कलाकार से बहुत नीचा
यदि उसको कभी सत्य की झलक मिली भी तो उस प्रकाश में उसके भीतर का अं
और प्रगाढ़ हो उठा होगा। कोरा शास्त्री जिसे विद्या समझता है वह अविद्या का
भेद है।

आत्मबलि

एक और अवस्था है जिसमें मैं और तुम का भेद लुप्तप्राय हो जाता है।
कभी कोई मनुष्य किसी के प्रेम में या स्नेह में इतना डूब जाता है कि उसके लिए अ
सर्वस्व न्यौछावर करना सहज सी बात हो जाती है। उसके लिए त्याग त्याग नहीं प्र
होता। ऐसा व्यवहार माता अपनी संतति के लिए और कभी कभी पत्नी अपने प
लिए कर बैठती है। दो मित्रों के बीच में भी कभी कभी ऐसा देखा जाता है। औ
उदाहरण कभी कभी मिल जाया करते हैं। जिस समय मां अपने बच्चे के लिए
प्राण तक उत्सर्ग कर देती है, उस समय उसे यह नहीं लगता कि मैं किसी दूसरे के
ऐसा कर रही हूं। उसको उस बच्चे से तादात्म्य हो जाता है। परन्तु उस ता
में एक कमी है। जहां एक प्राणी के साथ पूर्ण तादात्म्य है वहां दूसरों के साथ
उतना ही पूर्ण पार्थक्य है। मां के लिए बच्चा, पत्नी के लिए पति, एक ओर और
विश्व दूसरी ओर होता है। परन्तु कभी कभी ऐसा होता है कि इस बंधन क
अतिक्रमण हो जाता है। एक से तादात्म्य होता है परन्तु किसी दूसरे के साथ प
नहीं होता। कभी कभी किसी भाग्यशाली के जीवन में ऐसा अवसर आता है
व्यक्ति गहरे पानी में डूब रहा है। उसको बचाने के लिए जिस समय कोई उस

और उसमे कोई व्यक्ति अकेले फस गया है। यह सुनते ही कोई मनुष्य उस उद्दीप्त घर मे कूद पडता है। यह ध्यान भी नही आता कि उसको बचा सकूगा या न बचा सकूगा परन्तु आग मुझे भस्म कर देगी। अपना उस आग से घिरे हुए व्यक्ति के साथ पूरा तादात्म्य स्थापित हो जाता है। उसको बचाने के लिए वही काम किया जाता है जो अपने बचाने के लिए किया जाता। वह और मैं का भेदभाव उतनी देर के लिए तिरोहित हो जाता है और साथ ही उसका किसी और से पार्थक्य नही होता। दूसरा था कहा से ? उस क्षण मे तो विश्व सिमिट कर उस आग से घिरे व्यक्ति तक रह जाता है। ऐसे काम सच्चे निष्काम कर्म है। जिस क्षण मे कोई व्यक्ति ऐसे काम मे रत होता है उसके लिए नानात्व का सकोच हो जाता है। आत्मबलि भी आत्मसाक्षात्कार का एक साधन है।

नानात्व का सम्पूर्ण तिरोधान भाव

यह सब जितनी बातें कही गयी हैं यह सब ऐसी है कि एक तो सब को सुलभ नही हैं दूसरे क्षणिक और आकस्मिक है। हमको नानात्व के अपसरण का अनुभव हो इसलिए न तो लोग पानी मे डूबते रहेगे न आग मे जलते रहेगे। यदि कोई ऐसा अवसर आ गया तो यह कोई आवश्यक बात नही है कि हम उसका लाभ उठा सकेगे। ऐसा करना न करना कई बातो पर निर्भर करता है। सब लोगो की प्रवृत्ति कला की ओर समान प्रकार की नही होती और न जीवन मे कला मे विभोर हो जाने के ऐसे अवसर सब को मिलते है जिनमे पूर्ण रूप मे स्रोतापत्ति होकर रस की उत्कृष्ट अनुभूति हो। कला की अनुभूति के लिए भी कई ऐसी बातें चाहिये जिनका सयोग सर्वत्र एकत्र नही होता।

और फिर सब से बडी बात यह है कि कला हो गम्भीर विचार हो या कोई दूसरी अनुभूति हो वह प्राय क्षणिक होती है। आजकल पश्चिम के देशो मे कई ऐसी औषधियो का प्रयोग हो रहा है जिनके रस को पी लेने से एक बार थोडी देर के लिए एक विचित्र प्रकार की अनुभूति होती है। अपने स्व का विकास होता हुआ प्रतीत होता है। ऐसा लगता है कि पीनेवाला देश काल की परिधि से बाहर हो गया है। वह चाहे शब्दो मे व्यक्त न कर सके परन्तु ऐसा लगता है कि जैसे विश्व के सारे रहस्य की कुजी अपने मे आ गयी हो। ऐसे क्षण को सत्य का क्षण कहा करते हैं। यह उसी प्रकार का अनुभव है जो प्राचीन काल मे ऋषि मुनियो को सोम पान करने से हुआ करता था। सोम का व्यवहार नशा के लिए नही होता था परन्तु इस प्रकार की अनुभूति के लिए। ऋग्वेद का एक मत्र कहता है

> सोमम् मन्यते पपिवान् सपिबन्ति नवौषधिम्।
> सोम य ब्रह्माणो विदु न तदश्नाति पार्थिव ॥

सोम पीने के लिए लोग औषधि को पीसते हैं परन्तु जिस सोम को ब्राह्मण लोग जानते हैं उसको पार्थिव अर्थात् संसारी मनुष्य नहीं चख सकता। अस्तु, यह सब जितने भी उपाय हैं उनके सम्बन्ध में एक बात तो स्पष्ट है। यह सब पराधीन हैं और सर्वम परवशं दुःखं सर्वम् आत्मवशं सुखं—जो अपने वश की वस्तु है उसमें ही सुख है। जिन परिस्थितियों में कुछ थोड़ी बहुत नानात्व से ऊपर उठने की अनुभूति होती है वह उत्पन्न हो या न हो अपने अधिकार की बात नहीं है। और फिर जो अनुभूति होती भी है तो क्षण भर के लिए और बस। इससे सन्तोष नहीं होता। ऐसा उपाय होना चाहिए कि वह अनुभूति स्वेच्छया लायी जा सके। उसका आना अनिवार्य हो और वह अनुभूति चिरस्थायी हो, कुछ ऐसी हो कि अपने ऊपर उसका स्थायी प्रभाव पड़े। जहां तक ज्ञात है ऐसा भी उपाय है और वह उपयोग योग्य है जिसका चर्चा आगे के अध्यायों में होगा। योगजन्य अनुभूति स्ववश है, अश्वयम्भावी है और अपने परिणाम की दृष्टि से स्थायी है।

टिप्पणी—तांत्रिक सम्प्रदायों में भी कई बहुत अच्छे योगी हो गये हैं। जैसा कि इस अध्याय में पहले लिखा जा चुका है उन्होंने भी सांख्ययोग की दार्शनिक मान्यताओं को स्वीकार नहीं किया है। यहां पर मैं बहुत संक्षेप में तांत्रिक विचार शैली की एक रूपरेखा देता हूं। यह मेरी पुस्तक "हिन्दू देव परिवार का विकास" उसे उद्धृत की गयी है।

"सिद्ध सिद्धान्त पद्धति" नाथ सम्प्रदाय का बहुत प्रामाणिक ग्रन्थ है। उसके रचयिता स्वयं गोरक्षनाथ थे। उसके अनुसार परम शिव अपने को जिस प्रकार अभिव्यक्त करते हैं वह यह है :

शिवाद् भैरवो, भैरवात् श्रीकण्ठः, श्रीकण्ठात् सदाशिवः।
सदाशिवात् ईश्वरः, ईश्वरात् रुद्रः, रुद्रात् विष्णुः, विष्णोः ब्रह्मा ॥

"शिव से भैरव, भैरव से श्रीकण्ठ, श्रीकण्ठ से सदाशिव, सदाशिव से ईश्वर, ईश्वर से रुद्र, रुद्र से विष्णु, विष्णु से ब्रह्मा।"

यह शिव की अष्टमूर्ति है। इस समुच्चय को महासाकार पिण्ड कहते हैं।

आत्मेति परमात्मेति, जीवात्मेति विचारणे।
त्रयाणामैक्य संभूतिः, आदेश इति कीर्तितः॥

"आत्मा, परमात्मा और जीवात्मा के सम्बन्ध में विचार करने पर तीनों एक हैं, यही आदेश (सिद्धान्त मत) है।"

शिव शक्ति के अभेद के सम्बन्ध मे वह कहते हैं :

> शिवस्याभ्यन्तरे शक्ति:, शक्तेरभ्यन्तरे शिव ।
> अन्तर नैव जानीयात्, चन्द्रचन्द्रिकयोरिव ।।

"शिव के भीतर शक्ति है और शक्ति के भीतर शिव है। जिस प्रकार चन्द्रमा और चादनी मे भेद नही है, उसी प्रकार शिव और शक्ति मे अन्तर नही है ।

तत्र ग्रथो, विशेषत: शाक्त तत्रो, मे सृष्टिक्रम का बड़े विस्तार से विवेचन किया गया है ।

"सिद्ध सिद्धान्त पद्धति" मे तो यह क्रम इस प्रकार बताया गया है :

> आद्यात् महाकाश, महाकाशात् महावायु:, महावायोर्महातेज:,
> महातेजसो महासलिलम्, महासलिलात् महापृथिवी ।

"आद्य पिण्ड (शिव) से महाकाश निकला, महाकाश से महावायु, महावायु से महातेज , महातेज से महासलिल, महासलिल से महापृथिवी ।"

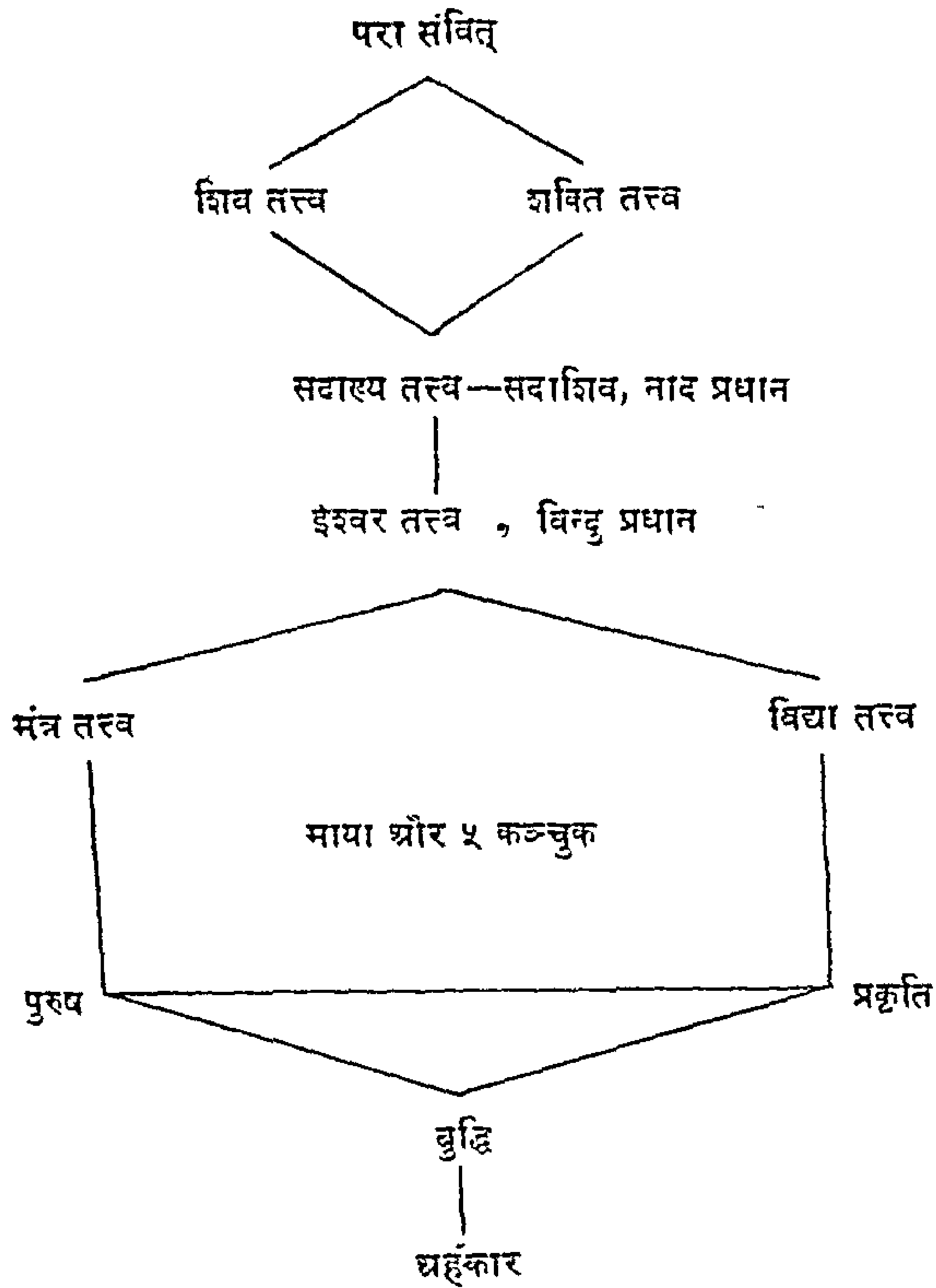
यह वर्णन तैत्तिरीय उपनिषद् के इस वाक्य से मिलता है .

एतस्मादात्मन आकाश सम्भूत, आकाशाद् वायु:, वायोरग्नि:, अग्नेराप: अद्भ्य पृथिवी ।

"इस आत्मा से आकाश उत्पन्न हुआ, आकाश से वायु, वायु से अग्नि, अग्नि से अप्, अप् से पृथिवी।"

इन लोगो का विश्वास है कि जगत् सत्य है। परासवित् अर्थात् परम शिव या ब्रह्म खेल की भाति अपने मे से नानात्व का विस्तार और सकोच किया करते हैं। इसीलिए यह जगत् चिद्विलास है। माया को वह ब्रह्म की इच्छा शक्ति की अभिव्यक्ति मानते हैं। क्योकि सिवाय परासवित् के वस्तुत किसी भी पदार्थ की सत्ता नहीं है इसलिए सभी वस्तुओ के माध्यम से हमको परासवित् का साक्षात्कार होता रहता है। जब कोई व्यक्ति मुमुक्षु होकर अन्तर्मुख होता है और क्रमश एक के बाद दूसरे लोक मे जाता है तो उसको उसी परासवित के स्थूल से सूक्ष्म और सूक्ष्म से सूक्ष्मतर रूप का अनुभव होता है। यह कहना अनावश्यक है कि परासवित् के रूप वस्तुत: उस साधक के अपने ही रूप हैं।

शाक्त तत्रों म अधिक विस्तार देख पड़ता है। उनके मतव्य को सक्षेप में इस



(इसके आगे सांख्यसम्मत क्रम से ५ महाभूत पर्य्यन्त)

काल, कला, नियति, राग और विद्या को पंच कंचुक कहते हैं। परासंवित वह मूल पदार्थ है जिसका विलास यह जगत् है। वही वेदान्त का ब्रह्म और शैवागम का परम शिव है। शिव और शक्ति उसके दो रूप हैं। सदाशिव और ईश्वर में यह अन्तर है कि सदाशिव में नाद, अहं तत्त्व, की प्रधानता है और ईश्वर में बिन्दु, अनहम् तत्त्व, की।

अध्याय ५

पतंजलि का संकल्प सूत्र

या तो अन्य विद्याओ की भाति योग विद्या के प्रवाह का मूल स्रोत भगवान् शकर ही माने जाते हैं। वेद के शब्दो मे वह "ईशान सर्व विद्यानाम्"—सब विद्याओं के ईशान, स्वामी हैं। योगियो मे उनको आदर्श योगी माना जाता है। सब विद्याओं के स्वामी होने के साथ साथ वह ईश्वर सर्व भूतानाम्—सभी प्राणियो के ईश्वर हैं। इस सम्बन्ध से प्राणी मात्र उनकी कृपा और दया का पात्र है। परन्तु जिस प्रकार कोई भी गृह स्वामी अपने परिवार के दुर्बल व्यक्तियो के हितो की रक्षा पर विशेष ध्यान रखता है उसी प्रकार भगवान् शकर भी उन मनुष्यो पर जिनकी बुद्धि बहुत अपरिपक्व है विशेष ध्यान रखते हैं। इसीलिए उनको पशुपति कहते हैं। जिस मनुष्य की बुद्धि अभी कच्ची है और जो इन्द्रियो के जाल मे निरन्तर फसा हुआ है, जिसका जीवन भौतिक व्यसनो के ऊपर अब तक नही उठ सका है, उसको पशु कहते हैं। यदि ऐसे प्राणियो की रक्षा न की जाय तो वह पतित से पतितर होते जायगे। जैसे भेड अपनी रक्षा करने म असमर्थ है वैसे ही इस प्रकार के मनुष्य भी काम, क्रोध, और लोभ जैसे भयानक प्रलोभनो के गर्त मे गिरने से बचने म असमर्थ हैं। यह तो भगवान् शकर की कृपा है कि उनको भी सभालते रहते हैं। किसी न किसी रूप मे उनके कानो मे भी शिक्षा रूपी अमृत के दो चार बूद पहुचाते रहते है ताकि एक नही दो चार जन्मो के बाद सही वह धीरे धीरे कल्याण के मार्ग को पकड सकें।

अस्तु, शकर ने तो विभिन्न प्रकार के मनुष्यो की बुद्धि के विकास को ध्यान मे रखकर उनके आध्यात्मिक हित के उपाय प्रवर्तित किये ही है, और भी न जाने कितने आचार्य, ऋषि, मुनि, देव ऐसे हो गये है जिन्होने समय समय पर इस मार्ग को प्रशस्त किया है। यह जगत् अनादि और अनन्त है। इसके आदि की कल्पना करने से यह कठिनाई पैदा होगी कि आरम्भ म जो जीव हुए होगे उनको बिना पहले किसी प्रकार के कर्म किये हुए सुख या दु ख की प्राप्ति हुई होगी। उनको न किसी पहले किये हुए सत्कर्म के पुरस्कार मे सुख मिला होगा, न किसी पहले किये हुए दुष्कर्म से दुख। इस प्रकार के अन्याय को अकृताभ्यागम कहते है। इस दोष का परिहार इसी प्रकार हो सकता है कि यह मान लिया जाय कि जगत् का प्रवाह अनादि है। इसी प्रकार इसका

अन्त भी नहीं हो सकता। यदि अन्त होगा तो उस समय के जीव अपने अच्छे या बुरे कर्मों के फल को भोगने का अवसर न पा सकेंगे। यह भी अन्याय होगा। इस प्रकार के अन्याय को कृतहानि कहते हैं। जगत् के खंडों में रचना और ध्वंस होता रहता है। टुकड़े बनते हैं और बिगड़ते हैं परन्तु समूचा प्रवाह ज्यों का त्यों चला जा रहा है। इस विश्व में करोड़ों वर्षों में न जाने कितने महापुरुष अवतरित हुए होंगे जिन्होंने परम गुरु भगवान् आदि नाथ शंकर से मूल प्रेरणा लेकर अपने समय के जीवों को परम धर्म का उपदेश दिया होगा। हम न उनके रूपों की कल्पना कर सकते हैं न उनकी भाषाओं को जानते हैं। उसी काम को जीवों के हितों की कामना से प्रेरित होकर पतंजलि ने अपने योगदर्शन द्वारा करने का निश्चय किया।

पतंजलि के सम्बन्ध में हमको बहुत अधिक जानकारी नहीं है। लोक में एक अनुश्रुति है कि शेषनाग ने जीवों के शरीर, वाणी और चित्त के दोषों को दूर करने के लिए तीन ग्रन्थों की रचना की। शरीर के लिए चरक रूप से चरकसंहिता और वाणी तथा चित्त के लिए पतंजलि रूप से व्याकरण महाभाष्य की तथा योगदर्शन की। यह इतिहास के पंडित जानें कि इन तीनों ग्रंथों का रचयिता एक ही व्यक्ति था या अलग अलग। यह भी विवादास्पद माना जाता है कि पतंजलि कब हुए। इस सारे विवाद में पड़ने की इस जगह आवश्यकता नहीं है। हमारा काम योगदर्शन के रचयिता पतंजलि से है, उन्होंने किन्हीं और विषयों पर पुस्तकें लिखी हों या न लिखी हों। ऐसा लगता है कि वह गौतम बुद्ध के पीछे अवतरित हुए। योग पर उनके समय में भी सम्भवतः कुछ पुस्तकें रही होंगी। महाभारत के एक श्लोक में लिखा है :

हिरण्यगर्भो योगस्य वक्ता नान्यः पुरातनः।

अर्थात् हिरण्यगर्भ योग के सबसे प्राचीन वक्ता हैं। यदि इस श्लोक की बात मान ली जाय तो सबसे पुराने ग्रन्थ के रचयिता हिरण्यगर्भ रहे होंगे। कम से कम उस पुस्तक में हिरण्यगर्भ के मौखिक उपदेशों का संकलन रहा होगा। हिरण्यगर्भ के परवर्ती किन्हीं महात्माओं की भी रचनायें रही ही होंगी। परन्तु पतंजलि ने समय के अनुरूप योग के एक नये ग्रन्थ का निर्माण करना उचित समझा। बौद्ध धर्म का उदय हो चुका था। इससे वैदिक कर्म कांड पर से श्रद्धा तो कम हो गयी थी, यज्ञादि का अनुष्ठान बहुत कम होता था। परमात्मा की सत्ता पर से विश्वास उठ गया था। इस परिस्थिति में सम्भवतः पतंजलि को ऐसा लगा होगा कि वेदसम्मत योग की प्रतिष्ठा फिर से करना नितान्त आवश्यक है। योग दर्शन पर व्यास का भाष्य है और दो बहुत ही प्रामाणिक टीकाएं : एक तो वाचस्पति मिश्र की तत्त्ववैशारदी नाम की, दूसरी भोज की वृत्ति। यों तो सैकड़ों छोटी बड़ी और भी टीकाएं हैं। कुल मिलाकर १९५ सूत्र हैं।

उनकी पुस्तक का पहला सूत्र, जिसमें उन्होंने अपने संकल्प को व्यक्त किया है इस प्रकार है :

अथ योगानुशासनम् । (१,१)

इसका अर्थ हुआ अथ योग का अनुशासन (किया जाता है अथवा मैं करने जा रहा हूं)

मैं इसमें से अन्तिम शब्द अर्थात् योगानुशासन को सबसे पहले लूंगा। योग शब्द की व्याख्या तो उन्होंने अगले सूत्र में की है। मैं भी इस विषय को नहीं छेड़ता। भाष्य में व्यास ने लिखा है कि योग का अर्थ, समाधि है। यदि यह बात हो भी तो यह "मघवा मूल बिडौजा टीका" जैसी बात हो गयी। योग शब्द का अर्थ तो प्रचलित ढंग से लोग कुछ थोड़ा बहुत समझ भी लेते हैं। समाधि तो और भी दुर्बोध है। मैं समझता हूं कि पतञ्जलि का भी यही भाव रहा होगा, नहीं तो वह योग की परिभाषा को ही किसी किसी प्रकार प्रथम सूत्र में लाने का प्रयत्न करते। योग जो कुछ भी हो उसका अनुशासन उनको अभीष्ट है। वह उसका अनुशासन करेंगे यह उनका संकल्प है। किसी विषय पर शास्त्र की रचना करने, उसके स्वरूप को बतलाने, उसके उपायों को समझाने, उसके लाभों और अन्य परिणामों की ओर संकेत करने, का नाम शासन है। यह काम पुस्तक लिखकर नहीं तो मौखिक उपदेश द्वारा भी किया जा सकता है। प्रस्तुत पुस्तक में पतञ्जलि ने योग के सम्बन्ध में यही काम किया है। ग्रन्थ के चार खण्ड हैं जिनको चार पाद कहा गया है। क्रमशः उनके नाम हैं समाधि पाद, साधन पाद, विभूति पाद और कैवल्य पाद। यहां अनुशासन की जगह शासन शब्द का व्यवहार करते तो भी उनका उद्देश्य पूर्णतया स्पष्ट हो सकता था। परन्तु उन्होंने सोच समझकर अनुशासन का प्रयोग किया है। किसी के पीछे चलकर जब कोई काम किया जाता है तब अनु उपसर्ग लगता है। अनुचर अनुकरण आदि बहुत से शब्द इसके उदाहरण हैं। पुस्तक को आरम्भ करते समय पतञ्जलि के सामने वह बहुसंख्यक योगी, सिद्ध, देव ऋषि थे जिन्होंने अपने अपने समय में जिज्ञासुओं को योग का उपदेश दिया था। यह वह लोग थे जिनकी ओर ऋग्वेद में पथिकृत् कहकर संकेत किया गया है। पथिकृत् का अर्थ हुआ मार्ग बनाने वाला। उनमें से अधिकांश के नाम भी कोई नहीं जानता। स्वयं ऋग्वेद में उनको पूर्व—पहले वाले, मात्र कह कर स्मरण किया गया है। पतञ्जलि इस बात को मानते हैं कि यह विद्या नयी नहीं है। वह किसी नये शास्त्र की रचना नहीं करने जा रहे हैं। उस सनातन विद्या को ही मनुष्यों के सामने रख रहे हैं जो आदि काल से मनुष्यों का कल्याण करती आयी है। इसीलिए उन्होंने अनुशासन शब्द का व्यवहार

किया है। इस अनु के द्वारा उन्होंने उन प्राचीन महाभाग लोगों के प्रति अपनी कृतज्ञता प्रकट की और उनका अभिवादन किया। यह उनके चरित्र की महत्ता है। साथ ही इस शब्द के द्वारा पुस्तक के पढ़ने वाले के मन में योग का गौरव बढ़ता है। उसको इस बात का विश्वास होता है कि मैं उस पथ का पथिक होने जा रहा हूं जिसमें मेरे पहले न जाने कितने महापुरुष चल चुके हैं। इससे उसके मन में श्रद्धा बढ़ती है और उत्साह बढ़ता है।

अभी मैंने अथ शब्द के सम्बन्ध में कुछ नहीं कहा। अथ का व्यवहार तीन अर्थों में होता है। किसी ग्रंथ के आरम्भ में अथ लिखना एक शिष्टपरम्परा है। यहां से ग्रन्थ आरम्भ हुआ, यह बात इस शब्द के द्वारा सूचित होती है। दूसरी बात यह है कि यह मंगलवाची माना जाता है। ऐसा विश्वास है कि अथ ग्रन्थ के आरम्भ में व्यवहार करने से कई लाभ होते हैं। एक तो ग्रन्थ की निर्विघ्न समाप्ति होती है, दूसरे पढ़ने वाले का भी कल्याण होता है। ऐसा विश्वास तो है परन्तु इस विश्वास के लिए कोई पुष्ट आधार नहीं है। ऐसे बहुत से उदाहरण हैं कि अथ लिखने पर भी कोई न कोई बाधा पड़ गयी और पुस्तक समाप्त न हो सकी। इसके भी उदाहरण हैं कि जो लोग अथ नहीं लिखते उनके ग्रंथ भी समाप्त होते हैं। पढ़ने वाले का कोई कल्याण होता है या नहीं इसकी कोई परीक्षा नहीं हो सकती। मैं समझता हूं कि पतंजलि जैसे महापुरुष को अपने ग्रंथ की समाप्ति के लिए चिन्ता करने की आवश्यकता नहीं थी। उनका संकल्प ही पर्याप्त था। उनका ग्रंथ उनके आशीर्वाद से पढ़ने वाले का कल्याण निश्चय ही करता। अतः मेरी समझ में अथ शब्द का तीसरा अर्थ लेना चाहिए: आनन्तर्य—अब। अथ शब्द इस बात की ओर संकेत करता है कि जिस काम के साथ वह जोड़ा गया है वह काम किसी और बात के अनन्तर किया गया, बाद में किया गया। "अब" अथ शब्द अपने स्वरूप से ही "कब" की अपेक्षा करता है। दर्शनों में अथ का इस अर्थ में प्रयुक्त किया जाना कोई नयी बात नहीं है। मीमांसा दर्शन का पहला सूत्र है: **अथातो धर्मजिज्ञासा** और वेदान्त दर्शन का पहला सूत्र कहता है:

"अथातो ब्रह्म जिज्ञासा"।

दोनों के प्रधान भाष्यकारों ने अथ का "अब" अर्थ किया है और यह दिखलाने का प्रयत्न किया है कि किस काम को करने के बाद तत् तत् पुस्तक में धर्म या ब्रह्म की जिज्ञासा आरम्भ होती है। मुझे खेद है कि योगदर्शन के व्याख्याताओं ने इस शैली को नहीं अपनाया।

मैं समझता हूं कि पतंजलि ने बहुत सोच समझ कर अथ शब्द का व्यवहार किया है। अपनी बुद्धि के अनुसार उसकी मीमांसा अगले अध्याय में करने का प्रयत्न करूंगा।

अध्याय ६

/ पुरुषार्थ चतुष्टय--योग के अधिकारी

प्रत्येक ग्रन्थकार के सामने ग्रन्थ का निर्माण करते समय पाठकों का कोई वर्ग लक्ष्य के रूप में उपस्थित रहता है। ग्रन्थकार के चित्त में यह इच्छा रहती है कि इसी प्रकार के पाठक के हाथ मे मेरी पुस्तक पड़े और यह विश्वास रहता है कि ऐसे लोगों का अध्ययन से कल्याण होगा। इसी मे पुस्तक की सार्थकता है। योग सम्बन्धी पुस्तक उपन्यास या कहानी नही है। उसके बहुत से पाठक नही हो सकते। वह काव्य ग्रन्थ भी नही है जो रस का उद्बोधन करके पाठक को पर निवृत्ति अर्थात् परम आनन्द का घूंट सद्य पिला दे। वह उस प्रकार की पुस्तक भी नही है जिसमें ऐसी चमत्कारिक बातें लिखी हो जो हमारे साधारण ज्ञान की वृद्धि करती हो। योग विषयक पुस्तक मे साधारण अर्थों मे ज्ञानवर्द्धक सामग्री कम मिलेगी और श्रमयुक्त साधना का पदे पदे प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से आदेश मिलेगा। साधारण मनुष्य या तो इधर प्रवृत्ति होगा ही नही, या चंचुप्रवेश करके छोड देगा। ऐसा व्यक्ति तो योगविषयक पुस्तक का पात्र नहीं हो सकता। न तो पतजलि ने यह स्पष्ट कहा है कि वह किसके लिए पुस्तक लिख रहे हैं, न उसके भाष्यकारो और टीकाकारो ने इस विषय पर प्रकाश डाला है। हमको योगियों के जीवनो पर दृष्टिपात करके इस बात का स्वय निर्णय करना होगा।

कभी कभी ऐसा देखा गया है कि कोई व्यक्ति ससारी जीवन को छोड़कर एकाएक आध्यात्मिक जीवन की ओर प्रवृत्त हो गया है। प्रिय पुत्र या किसी ऐसे ही प्यारे आत्मीय की मृत्यु से कभी कभी ऐसा आकस्मिक परिवर्तन हो जाता है। ससार से एकाएक अनासक्ति हो जाती है। पर ऐसे लोग बहुत बिरले ही होते हैं। उनका जीवन इतना असामान्य होता है कि उनसे शिक्षा ग्रहण करना प्राय असम्भव होता है। ऐसा विश्वास होता है कि ऐसे व्यक्ति को लक्ष्य करके ग्रन्थ की रचना नही हुई होगी।

साधारणतया ऐसा देखा जाता है कि जो लोग आगे चलकर अच्छे साधक हुए हैं वह थोड़े वय से ही धार्मिक प्रवृत्ति के रहे हैं। उनका चित्त सध्या वन्दन और पूजा पाठ मे लगता था। सध्या वन्दन शब्द देखकर चौंकना नही चाहिए। मेरे कहने का यह तात्पर्य नही है कि योग ऊचे वर्ण वाले हिन्दुओ के लिए ही है। हिन्दू मुसलमान,

ईसाई, पुरुष, स्त्री, उच्च वर्ण या हीन वर्ण इस विद्या के लिए सभी पात्र हो सकते हैं, उन गुणों की आवश्यकता चाहिए जिनकी ओर हम आगे चलकर संकेत करेंगे। परन्तु लोक में प्रचलित पूजा-पाठ करते हुए भी ऐसे लोगों की अतृप्ति बनी रहेगी। वह यह न जान सकेंगे कि उन्हें क्या चाहिए। परन्तु जो कुछ कर रहे होंगे उससे सन्तोष न होगा। व्रत हो, उपवास हो, तीर्थाटन हो, यह सब होते हुए भी चित्त क्षुब्ध रहेगा। किसी अज्ञात वस्तु की खोज बनी रहेगी।

पुरुषार्थ चतुष्टय--अर्थ और काम

पुरानी पुस्तकों में यह चर्चा मिलता है कि मनुष्य के लिए चार पुरुषार्थ हैं अर्थात् चार लक्ष्य या उद्देश्य हैं। चार ऐसी बातें हैं जिनके लिए उसे यत्न करना चाहिए। सब से पहले अर्थ और काम का नाम आता है। विज्ञानवेत्ता यह कहते हैं कि प्रत्येक प्राणी में, चाहे वह छोटा से छोटा कीड़ा ही क्यों न हो, दो सहज जन्मजात प्रवृत्तियां होती हैं—एक तो स्वरक्षा और दूसरी स्वजाति रक्षा। प्रत्येक प्राणी इस बात का बराबर प्रयत्न करता है कि मैं न मरूं, जैसे बन में पड़े अपनी रक्षा करूं। और उसकी दूसरी चेष्टा यह होती है कि सन्तान छोड़ जाऊं ताकि जिस जाति में मैं उत्पन्न हुआ उसकी रक्षा होती रहे। सब प्राणी जानबूझ कर और संकल्पपूर्वक ऐसा नहीं करते। परन्तु उनके जीवन को यह प्रवृत्तियां निरन्तर प्रेरित करती रहती हैं। यह उनके व्यवहार से स्पष्ट हो जाता है। ऐसा कोई भी जीवधारी नहीं देख पड़ता जो इन दोनों अभिनिवेशों से बचा हो। मनुष्य इस विषय में किसी कीट पतंग से भिन्न नहीं है। उसमें भी यह दोनों प्रवृत्तियां विद्यमान हैं। परन्तु वह इन बातों को समझता है और बहुधा उसकी चेष्टायें संकल्पमूलक होती हैं। उसने मनुष्य और मनुष्येतर प्राणियों को मरते देखा है और मृत्यु का कुछ कुछ अर्थ समझता है। उसके पास साधन भी बहुत हैं। इसलिए इस बात का पूरा यत्न करता है कि किसी प्रकार मृत्यु टली रहे। एक और बात है। वह इस बात का भी यत्न करता है कि यदि मृत्यु अनिवार्य है तब भी मृत्यु के पहले का जीवन यथासम्भव सुखी रहे। इस विषय में वह अदूरदर्शी इतर जीवों की अपेक्षा अधिक दूर तक सोच सकता है और सोचता है। इन इच्छाओं और प्रवृत्तियों का सम्मिलित नाम अर्थ है। यह मनुष्य का पहला पुरुषार्थ है। सन्तान छोड़ जाने के विषय में भी मनुष्य दूसरे प्राणियों के समान है। परन्तु इस दिशा में भी उसकी चेष्टायें संकल्पपूर्वक होती हैं क्योंकि वह दूरदर्शी है और साधनसम्पन्न है। सन्तान के साथ विशेष प्रकार का अपनापन होता है जो यावत जीवन बना रहता है और सन्तान के सुख में अपने सुख जैसा अनुभव होता है। इसलिए केवल सन्तान छोड़ जाने की प्रवृत्ति नहीं होती।

मनुष्य उन उपकरणा का भी सग्रह करता है जिनसे सन्तान रहे और सुखी रहे। मनुष्य की इस दूसरी प्रवृत्ति का नाम काम पुरुषार्थ है।

अर्थ और काम प्राय सभी मनुष्यो को न्यूनाधिक प्रेरित करते हैं। सभी के जीवन मे यह लक्ष्य रहते है। इसलिए यह सामान्य रूप स सबके लिए ही पुरुषार्थ हैं और सच तो यह है कि जब हम दूसरे जीवा पर दृष्टि डालते हैं ता इनको पुरुपाथ न कहकर जीवार्थ कहना अधिक उचित प्रतीत होता है। इन पुरुषार्थों के रूप म थोडा सा भद भले ही हो और इनको प्राप्त करने के साधना मे भी कुछ अन्तर हो परन्तु वस्तुत मनुष्य और दूसरे प्राणियो म कोई विशेपता नही है।

धर्म

समझदार मनुष्य की समझ म यह बात बडी सुगमता स आ सकती है कि वह चाहे कितना ही पराक्रमी क्यो न हो परन्तु उसके अर्थ और काम की सिद्धि अकले उसक पौरुप पर निर्भर नही होती। इस बात को तो वह प्रत्यक्ष देखता है कि सैकडो वरन् हजारो दूसरे लोगा के सहयोग स ही वह परिस्थिति बनी रह सकती है जिसमे समाज की सम्यक् व्यवस्था हो सकती है और समाज के बिना अगीभूत व्यक्तियो के अर्थ, काम की रक्षा नही हो सकती। यदि हर व्यक्ति केवल अपने अथ को बात सोचे तो समाज निरन्तर रक्तपात का क्षत्र बन जाय। सबको अपना अर्थ, काम प्यारा है। कोई कारण नही है कि कोई भी व्यक्ति किसी दूसरे व्यक्ति का लिहाज करे। परन्तु एसा होता नही है। लोग दूसरा का लिहाज करते ही हैं। अपने अथ और काम की प्रवृत्तियो को दबाते है और समाज म यदि एसे व्यक्ति होते है जो अपने स्वार्थ मे ही डूबे रहत हैं और दूसरो का ख्याल नही करते तो उनको हठात् दबाया जाता है। तभी समाज, चल सकता है। यह तो प्रत्यक्ष अनुभव की बात है।। विचारशील मनुष्य इस बात को देख सकते हैं कि मनुष्य समाज के अलावा दूसरे प्राणी भी अपना सहयोग प्रदान करके मानव हित की सिद्धि करते हैं प्रत्युत न जान कितने कीडे मकोड भूमि को कृपि योग्य बनाते हैं, न जाने कितने जीव हानिकारक वस्तुओ को नष्ट करके हमारे स्वास्थ्य को ठीक रखत हैं। भले ही उनका काम सकल्पपूर्वक न हो परन्तु हमको उनसे लाभ तो पहुचता ही रहता है। यह तो एसी बातें हैं जिनका ज्ञान हमको अपन निजी अनुभव से या विज्ञान-वत्ताआ के अन्वेपणा स होता है। और न जान कितने एस प्राणी हागे जिनका ज्ञान हमको किन्ही भौतिक उपाया से नही होता। परन्तु उनका जीवन हमारे जीवन से सम्बद्ध है और हम उनकी चेष्टाओ स लाभ उठा रहे हैं। इस देश के पुराने शास्त्रकारो ने इस प्रकार के विचार को बहुत महत्त्व दिया है। उन्हाने निरन्तर इस बात का उपदश दिया कि हम दूसरो के ऋणी हैं, चाहे हमका इस ऋण का ज्ञान हो या न हो और यदि

हम इस ऋण को चुकाने का प्रयत्न नहीं करते है तो यह हमारी कृतघ्नता है। जो लोग कभी पितृतर्पण करते होंगे, उन्होंने देखा होगा कि इस कृत्य में देवगण, ऋषिगण, मनुष्यगण, के अतिरिक्त प्रेत, पिशाच, राक्षस से लेकर पशु पक्षियों तक का स्मरण किया जाता है और उनका हमारे ऊपर जो बोझ है उसको भी स्वीकार किया जाता है। विचारशील मनुष्य के हृदय में स्वभावतः यह प्रश्न उठते हैं कि आखिर वह कौन लोग हैं जिन जिन का मेरे ऊपर उपकार है? किन किन के प्रयत्नों के फलस्वरूप मैं आज आराम से दिन बिता रहा हूं? किस प्रकार उनसे उऋण हो सकता हूं। वह तो अपनी सहज या संकल्पपूर्वक की गयी चेष्टाओं के द्वारा मेरा हित साधन कर रहे हैं पर मैं उनके लिए क्या कर सकता हूं? किसी का अहित न करूं यह तो एक बात हुई परन्तु हित कैसे किया जाय? शास्त्र कहते हैं कि हम सब छोटे और बड़े भगवान् के विराट् पुरुष रूप के उसी प्रकार अंग हैं जिस प्रकार मेरे छोटे से शरीर में करोड़ों कोश विद्यमान हैं। सब का सबके साथ सम्बन्ध है, एक के हित में सब का भला है और सबके हित में प्रत्येक का भला है। यदि शरीर का कोई अंग औरों की अपेक्षा अधिक पोषण पा जाय और फूल कर बहुत बड़ा हो जाय तो डाक्टर उसको काटकर फेंक देगा। एक-दूसरे के अन्योन्याश्रित हैं। इस जगत् में मेरे लिए क्या उचित मार्ग हो सकता है? इस बुद्धि का जागना धर्म बुद्धि का जागना कहलाता है। धर्म का मार्ग बहुत कठिन है। धर्म का लक्षण यह है कि धारयति—जो जगत् को धारण करे। कहीं कहीं ऐसा देख पड़ता है कि एक धर्म के पालन करने में किन्हीं दूसरे धर्मों से विरोध होता है। परन्तु मनु ने कहा है :

धर्म्मो यो बाधते धर्म्मं न स धर्म्मः कुधर्म्म तत्।

जो धर्म दूसरे धर्म को काटता है वह धर्म नहीं, कुधर्म है। जब मनुष्य में यह बुद्धि पुष्ट होती है तो अपने अर्थ और काम की ओर से विचार धीरे धीरे स्वतः हट जाता है। जब सबके कल्याण में सब का कल्याण है और अपना कल्याण दूसरों के सहयोग पर निर्भर है तो अपने क्षुद्र हितों के लिए पृथक् प्रयत्न क्यों किया जाय? जब लोक कल्याण होगा तो अपना कल्याण अपने आप ही हो जायगा। इस भावना के दृढ़ होने से मनुष्य का लक्ष्य लोक कल्याण हो जाता है।

धर्म मनुष्य का इस जगत् में सबसे बड़ा सहारा है। "धर्म्म एव हतो हन्ति धर्म्मो रक्षति रक्षितः" यदि धर्म की रक्षा की जाय तो वह मनुष्य की रक्षा करता है और यदि उसका हनन किया जाय तो वह भी हनन का साधन हो जाता है। यह सचमुच दुःख का विषय है कि पुरातन काल से ही लोग धर्म की उपेक्षा करते आये हैं। आज से कई सहस्र वर्ष पूर्व दुखी होकर महर्षि व्यास ने कहा था :

ऊर्ध्व बाहुर्विरौम्येष न च कश्चिच्छृणोति मे।
धर्म्मादर्थश्च कामश्च स धर्म्मं किन्न सेव्यते॥

मैं हाथ उठा उठा कर और पुकार पुकार कर कहता हू कि धर्म से अर्थ और काम दोनो की प्राप्ति होती है। फिर धर्म का सेवन क्या नही किया जाता। परन्तु कोई मेरी बात नही सुनता।

मोक्ष

धर्म से लोक कल्याण तो होता ही है धर्माचारी मनुष्य के चित्त की अपूर्व शुद्धि होती है। जो मनुष्य निरन्तर अपने अर्थ और काम के चिन्तन म लगा रहता है उसका हृदय राग, द्वेष का अखाडा सा बना होता है। जिन वस्तुओ को अपने अर्थ और काम का साधक समझता है उनकी रक्षा करने की धुन एक ओर और दूसरो से ऐसी वस्तुओ को, जैसे भी हो सके, प्राप्त करने ही धुन दूसरी ओर जो अपने लिए उपयोगी प्रतीत हो, ऐसा हृदय निश्चय ही सकीर्ण होगा और उसके लिए सारा विश्व सिमिट कर अपने हितो की इच्छा के बिन्दु पर आ टिकेगा। परन्तु जो व्यक्ति धर्म साधना मे लगा रहता है अपने अर्थ और काम की चिन्ता से ऊपर उठकर लोक सग्रह के कामो म रत रहता है, उसका हृदय विशाल होता है। जितना ही वह उस परिधि को बढ़ा सकता है जिसके भीतर वह लोगो से तादात्म्य उत्पन्न कर पाता है उतना ही उसके लिए तू और मैं की दीवारें टूटती हैं। ऐसा हृदय निश्चय ही शुद्ध और निर्मल होता है। उसमे कभी न कभी इस प्रकार के प्रश्न निश्चय ही उठते हैं। यह तो ठीक है कि मैं असख्य प्राणियो का ऋणी हू पर यह असख्य प्राणी कौन हैं? उनका मुझ से क्या सम्बन्ध है? अनेक दार्शनिक विद्वान् इस सम्बन्ध मे अनेक मत प्रकट करते हैं। आखिर इनमे से कौन सा मत ठीक है? यह पार्थक्य जिसका मुझको अनुभव हो रहा है, कभी मिटगा या सदैव ऐसा ही रहेगा? यह रहस्य कभी समझ म आ भी सकता है या सदैव छिपा रहेगा? ऐसा समझ म आता है कि मैंने और मेरे ही समान दूसरे लोगो ने असख्य शरीर धारण किये हैं। ऐसा कहा जाता है कि जन्म लेते समय और मृत्यु के समय अपार पीडा होती है। वह होती हो या न होती हो, उसकी तो स्मृति रहती नही। परन्तु बार बार जन्म लेना और मरना और फिर से एक ही ढर्रे पर जीवन को बिताना, यह तो स्वय कोई सुख देने वाली बात नही है। राजा हो या रक, विद्वान् हो या मूर्ख, सब का जीवन एक सा है। यदि मैंने अनेक जन्म लिये है तो उन सब मे प्राय एक ही प्रकार से काल यापन किया होगा। प्राय एक ही प्रकार के भोग भोगे गये होगे। एक ही प्रकार के सुख दुख का अनुभव किया गया होगा, एक ही प्रकार की

वस्तुओं की प्राप्ति के लिए प्रयत्न किया गया होगा। अनेक कल्पों तक का जीवन हो फिर भी क्रम वही रहता है। रात में सोने के समय कुछ देर के लिए छुट्टी मिल जाती है। कुछ घंटों के वाद फिर वही जगत् सामने आता है और यही वात कल्पों के लम्बे महाप्रलय के वाद होती है। यह कोई हर्ष का विषय नहीं, गौरव का विषय नहीं, दुःख का ही विषय है। अव तक जो दुःख झेल लिया गया वह झेल लिया गया परन्तु क्या आगे के लिए इस दुःख की शृंखला काटी नहीं जा सकती ?

हेयं दुखमनागतम् (२,१६)

जो दुःख भविष्य में होने वाला है वह तो दूर करने के योग्य है। उससे वचना चाहिए। क्या उससे वचने का कोई उपाय नहीं ? धर्माचारी के चित्त में ऐसे प्रश्न स्वभावतः उठते है।

एक और वात होती है। उसको पदे पदे अपनी दुर्वलता का परिचय मिलता है। यह सव और इसी प्रकार के अन्य दूसरे प्रश्न उठते हैं। परन्तु उनका उत्तर नहीं मिलता। उत्तर पाने का कोई साधन भी नहीं देख पड़ता। अपने धर्माचरणों में भी वाधा पड़ती है। यदि किसी की सहायता करने की उत्कट इच्छा हो तो भी ऐसा करते नहीं वनता। साधन और शक्ति का अभाव खलता है। यह दुर्वलता की अनुभूति स्वयं वहुत वड़ा दुःख है।

क्षुब्ध होकर चित्त इधर उधर दौड़ता है। पूजा पाठ वताने वाले अनेक उपदेष्टा सामने आते हैं। पर उनके जीवन पर दृष्टि डालने से ऐसा पता लगता है कि वह वात चाहे जैसी भी करे पर स्वयं इस योग्य नहीं है कि हाथ पकड़ कर किसी को आगे वढ़ा सकें। उनका सहारा लेनेवाला मनुष्य अन्धेनेव नीयमानो यथान्धः होगा—अन्धे के नेतृत्व में चलने वाला अभागा होगा। वेद आर्य जाति का मूल ग्रन्थ माना जाता है। वेद का सभी आदर करते हैं। परन्तु ऐसा लगता है कि वैदिक कर्मकांड का अनुसरण करके भी कुंजी नहीं मिलने वाली है। वेद स्वयं कहता है :

प्लवा ह्येते अदृढ़ा यज्ञरूपा : ।

यह जो यज्ञ अर्थात् कर्मकांड रूपी नौकायें हैं यह सव अदृढ़ हैं। इनमें अज्ञान के उस पार ले जाने की क्षमता नहीं है। और भी स्पष्ट कहा है कि उनके द्वारा अधिक से अधिक देव लोक तग गति हो सकती है। परन्तु देवलोक तो नित्य नहीं है। भले ही देवगण की आयु मनुष्य की आयु से वहुत वड़ी होती हो और देव शरीर में मनुष्य शरीर की अपेक्षा प्रभूत सुख का अनुभव होता हो परन्तु एक दिन उस शरीर का भी अन्त होगा, ऐसा कहा गया है। तव फिर क्षीणे पुण्ये मर्त्यलोके विशन्ति—पुण्य के

क्षीण होने पर फिर मर्त्यलोक मे जन्म लेना पडता है। फिर तो उसी अज्ञानरूपी दुःख की परिधि मे रहना होगा। यह वैदिक कर्मकाड रूपी उपाय भी मेरी चिन्ता का शमन नहीं कर सकता। इस प्रकार वह व्यक्ति घोर चिन्ता से क्षुब्ध रहने लगता है। जिस व्यक्ति की ऐसी अवस्था होती है, जिसमे इस प्रकार के प्रश्नो के उत्तर को जानने की रुचि जागती है, उसको मुमुक्षु कहते हैं। यह मनुष्य का चौथा पुरुषार्थ है। इसे मोक्ष कहते हैं। यह स्पष्ट ही है कि इस पुरुषार्थ का अनुसरण कोई बिरला ही भाग्यशाली पुरुष करता है। इसीलिए इसको सब पुरुषार्थों म उत्तम माना गया है।

इस प्रकार से ऐसे व्यक्ति की बेबसी और चिन्ता बढ़ती जाती है। जिज्ञासा बढती जाती है और ज्यो ज्यो उस जिज्ञासा का शमन आखो से ओझल प्रतीत होता है त्यो त्यो चित्त की आकुलता बढती जाती है। ऐसा लगता है कि जिस प्रकार न जाने कितने और जन्म नष्ट हुए उसी प्रकार यह जन्म भी नष्ट हो जायगा। फिर वही 'पुनरपिजनम् पुनरपिमरणम्' "पुनरपिजननीजठरे शयनम्" का प्रवाह चलता रहेगा। काल भले ही नित्य हो पर मनुष्य का शरीर नित्य नही है। यह चिन्ता खाये डालती है। दूसरी ओर कही स्थिर आश्रय नही देख पडता। जितने भी ग्रन्थ पढे जाते हैं सभी अलग अलग राग अलापते हैं, अगल अलग उपास्यो की प्रशसा के गीत गाते हैं। परन्तु रात जितनी ही अन्धेरी होती है उतना ही सवेरा भी निकट होता है। इस व्यग्रता और आकुलता के बीच म प्रकाश की टिमटिमाती हुई लौ देख पडती है। पुस्तको म भले बहुत सी बातो मे मतभेद दख पडते हो परन्तु ध्यान से देखने से एक बात सब मे मिलती है। योग का समर्थन सब करते हैं। जो पुस्तकें इधर पिछली कुछ शताब्दियो मे लिखी गयी हैं उनमे चाहे यह बात न हो परन्तु प्राचीन वाङ्मय म बिना किसी अपवाद के सब मे ही यह बात देख पडती है। एक दूसरे के सिद्धान्त का खडन किया गया हो परन्तु योग की निन्दा किसी ने नही की। उल्टे कही न कही उसकी प्रशसा ही की गयी है। यह एक ऐसी बात है जिसकी ओर ध्यान अगत्या आकृष्ट होता है। जिस प्रक्रिया का सब समर्थन करते है, कोई भी निन्दा नही करता, वह निश्चय ही उपादेय और अनुसरणीय होनी चाहिए। डूबते को तिनके का सहारा बहुत प्रतीत होता है। मुमुक्षु को, जो यह समझ रहा था कि अब वह डूबनेवाला है, आश्रय मिला और उसको ऐसा लगा कि उसको किसी ऐसे व्यक्ति की शरण में जाना चाहिए जो योगी हो।

महर्षि पतजलि ने वस्तुत गागर मे सागर भर कर 'अथ" शब्द से इन सब बाता की ओर सकेत किया है। जो व्यक्ति इस प्रकार धर्म मे रत हो और इसके बाद उसके हृदय म उन विषयो को जानने की इच्छा प्रकट हो जो अध्यात्म के सवस्व है, जो अज्ञान से छुटकारा पाने के लिए व्याकुल हो रहा हो और अन्त मे [जिसको ऐसा

का अन्त होगा, वह मनुष्य निश्चय ही योग का, योगशास्त्र के अध्ययन और योग के अभ्यास का पात्र है। ऐसे अधिकारी के पास ही जाकर यह विद्या फलवती होगी। निश्चय ही ऐसे व्यक्ति को लक्ष्य में रखकर महर्षि पतंजलि ने योगसूत्रों की रचना की है।

अध्याय ७

योग की परिभाषा

जिज्ञासु को इस बात का तो दृढ विश्वास हुआ कि उसका कल्याण योग के पथ पर चलने से ही है, परन्तु योग किसे कहते हैं? जैसा कि हम इस पुस्तक के पहले दो अध्यायो मे देख आये है, योग के सम्बन्ध में विद्वानो ने बहुत सी बातें कही हैं और लोक मे भी बहुत से कथन और विश्वास प्रचलित हैं। इस प्रकार जो धारणायें बनी हैं वह सब एक दूसरे की विरोधी भले ही न हो परन्तु उनसे कोई स्पष्ट चित्र नही बन पाता। इसलिए महर्षि पतजलि ने योग की परिभाषा देना उचित समझा। उनका कहना है कि

योगश्चित्तवृत्तिनिरोध । (१,२)

चित्त की वृत्ति के निरोध को योग कहते हैं। इस वाक्य मे चित्त, वृत्ति और निरोध तीन ऐसे शब्द हैं जिनको समझे बिना वाक्य का अर्थ नही लग सकता।

चित्त और वृत्ति

अच्छेद्य चेतोव्यापार का ही नाम चित्त है। प्रज्ञानो के सतत प्रवाह से भिन्न चित्त की कोई सत्ता नही है। प्रमाण, विपर्यय, विकल्प, स्मृति, राग, द्वेष, सकल्प आदि परिणामो की निरन्तर वर्तिनीमाला को चेतोव्यापार कहते हैं। वस्तुत अन्त करण या चित्त एक है पर वह क्रमात तीन प्रकार से काम करता रहता है इसलिए उसे तीन नाम दिये गये है। किसी क्षण विशेष मे चित्त का जो रूप होता है उसे प्रज्ञान कहते हैं। चित्त के किसी रूप में ज्ञान प्रधान रहता है किसी में इच्छा और किसी मे क्रिया, परन्तु एक की प्रधानता के साथ साथ प्रत्येक अवस्था मे शेष दोनो भी रहते है। नष्ट होने के पहले प्रत्येक प्रज्ञान अपना सस्कार परवर्ती प्रज्ञान को दे जाता है और यह बात भी ध्यान मे रखनी चाहिए कि चित्त वासनाओ और योग्यताओ का भडार है।

इन कथनो को मिलाने से चित्त का स्वरूप समझ मे आ सकता है। पहले सस्कारो को लीजिए। जब प्रज्ञान ज्ञान, इच्छा और सकल्प का समुदाय है तो एक

एक प्रज्ञान से दूसरे प्रज्ञान में संस्कार किस प्रकार जाता है कि इसका एक बहुत ही अच्छा भौतिक उदाहरण दिया जा सकता है। किसी प्रशान्त जल खंड में एक पत्थर फेंकिए। पत्थर जहां ही गिरेगा वहां से चारों ओर गोलाकार रूप में लहरें निकलेंगी और यह लहरें आगे को बढ़ती प्रतीत होती जायंगी। ज्यों ज्यों लहरें आगे बढ़ती जायंगी त्यों त्यों उनका आकार बड़ा होता जायगा। देखने में तो ऐसा प्रतीत होता है कि जहां पत्थर फेंका गया वहां से जल चला और चारों ओर किनारे की ओर बढ़ता गया। परन्तु वस्तुस्थिति ऐसी नहीं है। पत्थर फेंकने के पहले जल में छोटे छोटे कार्क या किसी दूसरी तैरने वाली हल्की वस्तु के टुकड़े बिखेर दिये जायं। आप देखेंगे कि लकड़ी का प्रत्येक टुकड़ा अपनी जगह थोड़ा सा ऊपर नीचे हिलेगा और थोड़ा सा दाहिने वायें और फिर शान्त हो जायगा। इसके वाद उसके पार्श्व का टुकड़ा इसी प्रकार हिलेगा और इन हिलते हुए टुकड़ों से लहर की आकृति बन जायगी। यह तो स्पष्ट ही है कि टुकड़े इसलिए हिलते हैं कि उनके नीचे का जल हिल रहा है। इस दृग्विषय पर ध्यान देने से यह स्पष्ट हो जाता है कि जल का प्रत्येक विन्दु अपनी जगह पर थोड़ा सा हिलता है, कहीं जाता नहीं परन्तु शान्त होने के पहले अपनी गति अपने पड़ोसी विन्दु को दे जाता है। इस प्रकार जल नहीं जाता, जल के विन्दु नहीं जाते, केवल गति यात्रा करती है। यदि जल में जगह जगह कोई रंगीन सा द्रव्य डाल दिया जाय तो यह वात और भी स्पष्ट हो जायगी। इसी प्रकार प्रज्ञान नहीं जाता, परन्तु प्रत्येक प्रज्ञान में जो पुराने संस्कार भरे हुए हैं वह आगे जाते हैं। प्रज्ञान क्षणभंगुर है। क्षण भर में नष्ट होता है। परन्तु नष्ट होने के पहले उसके उदर में संस्कारों की जो थाती है उसे परवर्ती संस्कार को सौंप जाता है। एक प्रश्न यहां पर उठ जाता है। जिस समय पहला संस्कार है उस समय दूसरा संस्कार नहीं है। फिर जल में तो जल के विन्दु वर्तमान हैं। इसलिए पूर्ववर्ती विन्दु परवर्ती को अपना गति रूपी संस्कार दे सकता है। पर यहां परवर्ती प्रज्ञान अविद्यमान है। परवर्ती उसको संस्कार कैसे देता है ? क्या एक ही क्षण में पूर्ववर्ती और परवर्ती संस्कार दोनों मिलते हैं। यदि ऐसा होगा तो यह मानना पड़ेगा कि प्रज्ञान क्षणिक नहीं होता। यह आक्षेप बुद्धिजन्य प्रतीत होता है। पर इसमें घवराने की कोई वात नहीं है। एक ही क्षण में दो प्रज्ञान नहीं होते। परन्तु चेतना का वह सागर वर्तमान है जिसमें प्रज्ञान रूपी बुदबुद उठते रहते हैं। अतः प्रज्ञान नष्ट होने के पहले अपने संस्कारों को उस चेतना सागर को सौंप देते हैं और वहीं से नया प्रज्ञान उदित होता है।

योग्यता का अर्थ है अध्यवसाय करने की योग्यता। एतत्कालीन संविद्विशेष को समकालीन दूसरे संवितों से सम्बद्ध करना या उसको पिछले ज्ञानेच्छासंकल्पों के संस्कारों से सम्बद्ध करना या दो संस्कारों को सन्तुलित करना अध्यवसाय का रूप है

और यही ज्ञान की प्रक्रिया है। चेतोव्यापार का यही मुख्यांश है। इस विश्लेपण का सार यह निकला कि ज्ञान, इच्छा और सकल्प के समुच्चय का नाम चित्त है।

एक आक्षेप यह हो सकता है कि हमने चित्त के स्वरूप का वर्णन करने मे सुख दुःख का उल्लेख नही किया। इसका कारण यह है कि सुख दुःख ज्ञानेच्छासकल्प के बाहर नही हैं। इच्छा के दो रूप हैं, राग और द्वेष। क्रोध, लोभ, उत्साह, औत्सुक्य स्नेह, प्रेम, घृणा आदि जितने भी भाव है सब इन दोनो के अन्तर्गत हैं। जो संवित् या स्मृति या विचार सामने आता है वह या तो अच्छा लगता है, उपादेय प्रतीत होता है उसके प्रति राग होता है या बुरा लगता है, हेय प्रतीत होता है, उसके प्रति द्वेष होता है। भोगसाधकता मे उपादेयता, बाधकता मे हेयता है। राग मे चित्त उसको ज्ञान का विषय बनाये रखना चाहता है, द्वेष मे उसको ज्ञान का अविषय बनाना चाहता है। इसके लिए जो आभ्यन्तर प्रयत्न होता है वह सकल्प है। यदि ज्ञान, इच्छा और सकल्प एक बिन्दु पर, एक वस्तु पर, एकत्र होते हैं तो चित्त मे विशेष स्फूर्ति, तीव्रता, आ जाती है। इसका नाम सुख है।। यदि ज्ञान का विषय एक और इच्छा तथा सकल्प का दूसरा होता है तो एक प्रकार का तनाव सा होता है। उसका नाम दुःख है। यदि शक्कर अच्छी लगती है, शक्कर की प्राप्ति के लिए यत्न हुआ और शक्कर खायी गयी अर्थात् शक्कर का ही संवित् द्वारा ज्ञान हुआ तो सुख होगा, यदि शक्कर की जगह मिर्चा खाया गया, सवित् द्वारा मिर्चे का ज्ञान हुआ तो दुःख होगा। अतः सुख दुःख को ज्ञानेच्छासकल्प से पृथक् करने की आवश्यकता नही है। हम फिर उसी जगह पहुचते हैं कि ज्ञान, इच्छा और सकल्प के समुच्चय का नाम चित्त है।

हमने अभी देखा है कि इच्छा और सकल्प ज्ञान के आश्रित हैं। अतः विभिन्न चित्तो मे मुख्य भेद ज्ञान का होगा। किसी का ज्ञान अधिक, किसी का कम होता होगा और इसी के अनुसार उनकी इच्छाए और सकल्प होते होगे। एक और भेद हो सकता है जिसको हम अध्यवसाय करने की योग्यता कह आये हैं। ज्ञान, इच्छा, सकल्प और अध्यवसाय की योग्यता चित्त के स्वरूप हैं।

ज्ञान, इच्छा और सकल्प का कोई न कोई विषय होता है। चित्त मे अनेक प्रकार के विषय होते हैं, परन्तु इन सबकी जड मे शब्दादि पाचो सवित् हैं। जब आत्मा की ज्ञातृत्व योग्यता सक्रिय होकर सवित् पर काम करती है तब ज्ञान होता है, जब भोक्तृत्व योग्यता सक्रिय होकर सवित् पर काम करती है तब इच्छा होती है और जब कर्तृत्व योग्यता सक्रिय होकर सवित् पर काम करती है तब सकल्प होता है। ज्ञातृ सामर्थ्य का ही नामान्तर अध्यवसाय की योग्यता है। इस विवेचन का फलितार्थ यह निकला कि सवित् के प्रति सक्रिय ज्ञातृत्व, भोक्तृत्व और कर्तृत्व शक्ति का नाम चित्त है। परन्तु ज्ञातृत्व, भोक्तृत्व और कर्तृत्व शक्ति का नाम ही आत्मा है। अतः

चित्त आत्मा की वह अवस्था है जिसमें वह संवितों के प्रति सक्रिय होता है, संवितों से प्रभावित होता है।[1]

ऊपर संवित् शब्द का व्यवहार आया है। उसे भी समझ लेना चाहिए। चित्त पर बाहरी वस्तुओं का जो प्रभाव तत्काल पड़ता है उसे संवित् कहते हैं। संवित् इन्द्रियों के द्वारा ही चित्त पर पड़ते हैं। परन्तु यह समझ लेना चाहिए कि संवित् और प्रज्ञान एक ही वस्तु नहीं हैं। दो व्यक्तियों को एक ही प्रकार का संवित् होते हुए भी प्रायः भिन्न प्रकार का ज्ञान होगा। किसी जगह एक रेडियो मशीन रखी हो और वहां पर एक ही समय दो व्यक्ति आ जायं, जिनमें से एक रेडियो के उपयोग को जानता हो और दूसरे ने इसके पहले उसको कभी न देखा हो। चक्षु इन्द्रिय के द्वारा दोनों को एक ही प्रकार का संवित् होगा। सम्भवतः यदि उस कमरे में कोई कुत्ता या ऐसा ही कोई बड़ा जीव हो तो उसको भी वैसा ही संवित् होगा। परन्तु प्रज्ञान में बड़ा अन्तर होगा। जो रेडियो से अपरिचित है उसको एक प्रकार का बक्स सा देख पड़ेगा और बस। परन्तु जिसने रेडियो बजाया है या बजाते सुना है उसको उस मशीन का प्रज्ञान दूसरे ही प्रकार का होगा।

मैं आशा करता हूं कि ऊपर जो कुछ लिखा गया है उससे चित्त और चित्तवृत्ति का स्वरूप तथा उनका सम्बन्ध स्पष्ट हो गया होगा। सच तो यह है कि चित्त शब्द साधारण बोलचाल में व्यवहार में आता है। सब लोगों ने मनोविज्ञान का नियमतः अध्ययन न किया हो परन्तु स्थूल रूप से चित्त का अर्थ समझते हैं और शब्द का व्यवहार भी प्रायः ठीक ही करते हैं। कभी कभी इस शब्द का कुछ दूसरे अर्थ में भी प्रयोग होता है। सांख्य और योग के आचार्य तो ऐसा ही मानते हैं कि अन्तःकरण के तीन भेद हैं: बुद्धि, अहंकार और मन। मूल प्रकृति से पुरुष की दृष्टि पड़ने पर किस प्रकार उनकी उत्पत्ति होती है हम चौथे अध्याय में बता चुके हैं। परन्तु वेदांत के आचार्य अन्तःकरण के चार भेद मानते हैं: बुद्धि, चित्त, अहंकार और मन। यह अनावश्यक प्रतीत होता है। साधारण बोलचाल में चित्त की जगह मन शब्द से भी कभी कभी काम लिया जाता है। न्यायशास्त्र में महर्षि गौतम ने भी ऐसा ही प्रयोग किया है। उन्होंने द्रव्यों का चर्चा करते हुए नौ द्रव्य गिनाये हैं—क्षिति, अप्, तेज, वायु, आकाश, काल, दिक्, आत्मा और मन। वहां वस्तुतः मन शब्द का प्रयोग चित्त के अर्थ में हुआ है।

चित्त और वृत्ति में जो सम्बन्ध है उसको देखते हुए यह स्पष्ट है कि वृत्ति के लिए चित्त के सिवाय और कोई आस्पद नहीं है और वृत्तियों के सिवाय चित्त का अस्तित्व नहीं

---

१. मेरी पुस्तक चिद्विलास से संक्षिप्त

रह सकता। वृत्तियो के समूह का नाम ही चित्त है। यदि किसी क्षण वृत्तियो का अभाव हो जाय तो फिर उस समय सच चित्त का भी अभाव हो जायगा।

वृत्तियों का वर्गीकरण

यो तो वृत्तिया तो असख्य है परन्तु वर्गीकरण करके विद्वानो ने उनको पाच विभागो मे बाटा है प्रमाण, विपर्यय, विकल्प, निद्रा और स्मृति। यह मनोविज्ञान की पुस्तक नही है इसलिए इस विषय पर बहुत विस्तार से लिखना अनावश्यक प्रतीत होता है। फिर भी थोडे मे इन विभागो के स्वरूप का चर्चा करना उचित प्रतीत होता है।

प्रमाण

ज्ञान को प्रमा कहते हैं और ज्ञान के साधन को प्रमाण। विभिन्न दर्शन शास्त्रो मे प्रमाणो की विभिन्न सख्यायें दी हुयी हैं परन्तु साख्य और योग के आचार्य तीन ही प्रमाण मानते है और मेरी समझ मे उनका ऐसा कहना ठीक है। और सभी प्रमाण इन तीन के अन्तर्गत आ जाते हैं। प्रमाण के यह तीन भेद है प्रत्यक्ष अनुमान और आगम। आगम का दूसरा नाम शब्द है। मेरा ऐसा विश्वास है कि चू कि महर्षि पतजलि ने बुद्धदेव के बाद जन्म लिया था इसलिए उन्होने विशेष रूप से शब्द प्रमाण का चर्चा किया है। आप्त पुरुष के शब्द को आगम कहते हैं। जो पुरुष किसी विषय की पूरी जानकारी रखता है, सत्यवादी है और अपने ज्ञान को दूसरे तक पहुचाना चाहता है उसको आप्त कहते हैं। ईश्वर सबसे बडा आप्त है और वेद उसका वाक्य माना जाता है। इसलिए वेद सबसे बडा आप्त वाक्य है, अत सबसे बडा प्रमाण है। यो तो कोई भी प्रमाण प्रत्यक्ष के बराबर विश्वसनीय नही हो सकता परन्तु यह तो मानना ही होगा कि जगत् व्यवहार मे बहुत सा काम शब्द प्रमाण के आधार पर चलता है।

विपर्यय

मिथ्या ज्ञान को विपर्यय कहते हैं। जो वस्तु जहा नही है उसकी वहा प्रतीति विपर्यय है जैसे रस्सी मे साप। वदान्त म इसी को अध्यास कहते है।

विकल्प

जिस ज्ञान का आधार सिवाय शब्दो के और कुछ न हो उसको विकल्प कहते हैं। जैसे किसी के मुह से "शशशृ ग" यह शब्द सुन लिया जाय। शशशृ ग का अर्थ हुआ

खरगोश का सींग। खरगोश के सींग नहीं होता। परन्तु यदि कोई इन शब्दों को सुन कर खरगोश के सींग की सत्ता मान बैठे तो यह विकल्प होगा।

निद्रा और स्मृति

इनको समझाने की विशेष आवश्यकता नहीं।

स्वप्न की उपेक्षा

यह आश्चर्य की बात है कि हमारे देश के दार्शनिकों ने प्रायः स्वप्नावस्था की उपेक्षा की है। यों इस देश में स्वप्न विज्ञान की पुस्तकें भी उपलब्ध हैं। परन्तु दार्शनिक विचार विमर्श में स्वप्न को यथार्थ स्थान नहीं दिया गया। ऐसा मान लिया गया कि जो कुछ जागृत अवस्था में अनुभव किया जाता है वही किसी न किसी रूप में स्वप्नावस्था में देख पड़ता है। उसकी कभी तो पुराने यथावत् रूप में अनुभूति होती है, जो घटना जैसी हुई वैसी ही देख पड़ जाती है। और कभी कुछ विकृत रूप में। किसी ने घोड़ा भी देखा है और सिंह भी। कभी कभी स्वप्न में ऐसा जन्तु देख पड़ जाता है जिसका सिर सिंह और शरीर घोड़े जैसा हो। यह सब स्वप्न तो स्मृति वृत्ति के अन्तर्गत आते हैं। परन्तु कुछ अन्य प्रकार के भी स्वप्न होते हैं। उनको हम अनागत सूचक स्वप्न कह सकते हैं। इन स्वप्नों का स्वरूप यह है कि सोये हुए मनुष्य को स्वप्न में ऐसी बातें देख पड़ जाती हैं जो अभी घटित हुई ही नहीं, भविष्य में होने वाली हैं। चूंकि वह अनागत काल में होंगी, इसलिए वह पहले से अनुभूत ही नहीं हुईं। आज पश्चिम में ऐसे स्वप्नों का बहुत अध्ययन हुआ है और उनकी सत्ता निर्विवाद रूप से मान ली गयी है। किसी का कोई सम्बन्धी सैकड़ों कोस दूर देश में रोगशय्या पर पड़ा हुआ है। उस व्यक्ति की शय्या ज्यों की त्यों देख पड़ती है। यदि कोई चिकित्सक उपचार करने आया तो वह भी देख पड़ता है। यदि उसने शल्य क्रिया की और घाव पर नश्तर लगाया तो वह भी देख पड़ता है और यदि सम्बन्धी की मृत्यु हो गयी तो वह घटना भी देख पड़ती है। ऐसे एक नहीं अनेक उदाहरण हैं। पाश्चात्य विद्वान भी ऐसे स्वप्नों के कारणों के सम्बन्ध में कोई एक मत स्थिर नहीं कर पाये हैं। भारतीय विश्वासों के अनुसार सोये हुए व्यक्ति का स्थूल शरीर तो शय्या पर पड़ा होता है पर उसका लिंग शरीर[1] दूरदेशस्थ अपने

१. बुद्धि, अहंकार, मन, पांच ज्ञानेन्द्रियां, पांच कर्मेन्द्रियां, पांच तन्मात्रायें उनके समुच्चय को लिंग शरीर कहते हैं। यह शरीर जन्म से मृत्यु पर्यन्त प्राणी के साथ रहता है। मृत्यु के समय बाहरी शरीर को, जो पंचमहाभूत से बना हुआ है, छोड़कर पृथक् हो जाता है।

सम्बन्धी के पास पहुच जाता है। यदि उस सम्बन्धी के विषय में अपने चित्त में गहरी चिन्ता हो तभी प्राय ऐसा होता है। एक और बात है। यदि वह व्यक्ति भी उसी समय स्वप्न देखने वाले के सम्बन्ध म सोच रहा हो—रुग्णामाता अपने लडके के सम्बन्ध मे पत्नी या पति, पति या पत्नी के सम्बन्ध मे—तो खिचाव और बढ जाता है और फलत ऐसे स्वप्न के देखे जाने की सम्भावना भी बढ जाती है। वस्तुत ऐसे स्वप्न मे जो कुछ होता है उससे किसी अननुभूत सर्वथा नये विषय का ज्ञान प्राप्त होता है। इसलिए ऐसे स्वप्न को स्वप्न स्मृति नही, वरन् प्रमाण के अन्तर्गत मानना चाहिए। वस्तुत यह दुर्विषय प्रत्यक्ष प्रमाण का ही निदर्शन है।

चित्त की पांच अवस्थायें

चित्त की पाच अवस्थायें मानी जाती है अर्थात् वह पाच स्तरो पर काम करता है। उनके नाम है मूढ, क्षिप्त, विक्षिप्त, एकाग्र और निरुद्ध।

मूढ

मूढ वह अवस्था है जिसमें तमोगुण की प्रबलता रहती है। मूढ चित्त केवल इन्द्रियो की सेवा में लगा रहता है। उसे और किसी बात मे अभिरुचि नही होती। एक कहानी है कि किसी नगर मे एक महात्मा रहते थे। उनका कहना था कि प्रत्येक मनुष्य ऊचे आध्यात्मिक जीवन का अधिकारी है। उसी नगर मे एक ऐसा व्यक्ति रहता था जिसका खाने पीने और इन्द्रियो के दूसरे धधो के सिवाय और कोई काम नही था। किसी ने महात्मा जी से उसका नाम लेकर पूछा कि क्या आप उसको भी अध्यात्म के मार्ग पर चला सकते हैं? उन्होने उत्तर दिया, हा। परन्तु पहले तो उसको झूठ बोलना सिखला दो। अभी तो उसका चित्त इतना भी प्रयास नही करता जितना कि झूठ बोलने के लिए आवश्यक है।

क्षिप्त

क्षिप्त का अर्थ है फेंका हुआ। क्षिप्त चित्त मे रजोगुण का बाहुल्य होता है। वह एक जगह टिकता ही नही। कुछ न कुछ करते रहना यही उसकी चर्या है। एसा मनुष्य बैठकर अपने अच्छे बुरे कामो के परिणामो को भी सोच नही सकता।

विक्षिप्त

विक्षिप्त चित्त म रजोगुण के साथ साथ सत्वगुण का भी मिश्रण होता है। ऐसा चित्त बहुत सी बातो म लगा तो रहता है परन्तु कभी कभी किसी एक विषय

पर अधिक देर तक केन्द्रीभूत भी हो जाता है और इसके साथ साथ अपने कामों के परिणामों की ओर भी ध्यान देने का प्रयत्न करता है।

एकाग्र

यह शब्द तो सामान्य बोलचाल में भी आता है। एकाग्र का अर्थ है किसी एक बिन्दु पर केन्द्रीभूत होना। एकाग्र चित्त में सत्त्वगुण की प्रधानता रहती है। वह किसी एक विषय पर बहुत देर तक टिकता है और प्रायः काम करने के पहले बुद्धि को उसके सम्बन्ध में विचार करने का अवसर देता है। साधारणतः इस शब्द का व्यवहार आध्यात्मिक जीवन के सम्बन्ध में किया जाता है। परन्तु एकाग्रता केवल आध्यात्मिक जीवन तक सीमित नहीं है। जिस समय गणित या विज्ञान का विद्वान् किसी गम्भीर समस्या पर विचार करता है उस समय उसका चित्त भी पूर्णतया एकाग्र होता है।

निरुद्ध

निरुद्ध का अर्थ है रोक दिया गया। जिसकी गति बन्द कर दी गयी हो वह निरुद्ध कहलायेगा। यदि किसी के चित्त की गति बन्द हो जाय अर्थात् उसमें वृत्तियों का उठना बन्द हो जाय, प्रज्ञानों का प्रवाह रुक जाय, तो वह चित्त निरुद्ध कहलायेगा। हम ऊपर चित्त के सम्बन्ध में जो लिख आये हैं उससे यह स्पष्ट है कि यदि क्षण भर के लिए भी चित्त का प्रवाह रुका तो फिर वह सदा के लिए रुक जायगा। जब तक संस्कार बचे हुए हैं तब तक नष्ट होनेवाला प्रज्ञान अपने संस्कार अपने परवर्ती को दे जायगा। जब तक संस्कार बचे हुए हैं तब तक प्रज्ञानों की धारा बहती रहेगी। जब हस्तांतरित करने को संस्कार बचेगा ही नहीं तब यह धारा रुकेगी। निरुद्ध शब्द के अर्थ को गहिराई के बिना समझे सूत्र का अर्थ स्पष्ट नहीं होता।

अब हमने सूत्र के तीन मुख्य शब्दों के अर्थ पर पर्याप्त विचार किया और इस विमर्श का यह अर्थ निकला कि चित्त की वृत्तियों के प्रवाह के रोकने की प्रक्रिया को योग कहते हैं। एक अर्थ और हो सकता है। चित्त की वृत्तियों के रुक जाने की अवस्था को योग कहते हैं।

जिस जिज्ञासु की हमने कल्पना की थी उसने अपने मन में यह निश्चय किया था कि योग के द्वारा ही उसका कल्याण होगा। अब योग की परिभाषा भी उसने देख ली। इस परिभाषा को देखने के बाद यह प्रश्न चित्त में उठ सकता है कि क्या सचमुच योग के द्वारा उसके अभीष्ट की सिद्धि होगी? इस सम्बन्ध में जिज्ञासु को तोष देने के लिए महर्षि सूत्रकार ने दो सूत्र कहे हैं :

तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम्। (१,३)
वृत्तिसारूप्यमितरत्र। (१,४)

निरुद्ध अवस्था में द्रष्टा अपने स्वरूप में स्थित हो जाता है।
अन्यथा उसको वृत्तियों का सारूप्य रहता है।

पहले हम पिछले सूत्र को लेते हैं। इसका अनुभव तो सबको ही है। जैसी वृत्ति होती है वैसा ही पुरुष अपने को समझता है। भले ही दर्शन शास्त्र अपने तर्कों से उसको समझा दे कि वह शुद्ध चैतन्य है, अन्तःकरण और शरीर से पृथक् है तथा अपरिणामी है, परन्तु साधारणतः किसी को ऐसा अनुभव नहीं होता। जैसे स्वप्न में थोड़ी देर के लिए कोई राजा होकर प्रसन्न होता है और रंक होकर दुखी होता है, उसी प्रकार हम इस जीवन में चित्त की वृत्तियों के अनुसार अपने को सुखी या दुखी मानते रहते हैं। कभी एक वृत्ति के रंग में रंग जाते हैं, कभी दूसरी वृत्ति काया पलट देती है। अपने असली स्वरूप को जानने का कभी अवसर मिलता ही नहीं और जब स्वयं हमारा स्वरूप हमसे छिपा हुआ है तो जगत् के स्वरूप को पहचानना तो हमारे लिए बहुत कठिन बात है। पहला सूत्र यह कहता है कि जब चित्त निरुद्ध हो जायगा तब द्रष्टा जिसे पुरुष या आत्मा भी कहते हैं, अपने स्वरूप में स्थित हो जायगा। मैं पहले भी यह उदाहरण दे चुका हूं कि यदि किसी कटोरे में धातु का एक रुपया डाल दिया जाय और वह कटोरा बराबर हिलता रहे तो रुपये की आकृति यथावत् नहीं देख पड़ सकती। जब पानी का हिलना बन्द होगा तभी वह अपने स्वरूप में स्थित हो सकेगी। अपने को जब तक हम चंचल चित्त के माध्यम से पहचानना चाहेंगे तब तक हमको उसका विकृत ज्ञान ही होगा। इन दोनों सूत्रों से निष्कर्ष के रूप में जो आश्वासन निकलता है उसमें श्रद्धा रखने से जिज्ञासु का उत्साह बढ़ेगा।

क्या चित्त का निरुद्ध होना सम्भव है?

यहां पर एक शंका उत्पन्न होती है। जैसा कि हम देख आये हैं, चित्त का स्वभाव ही है गतिमत्ता। उसका स्थिर हो जाने अर्थात् उसकी चंचलता के नष्ट हो जाने का अर्थ है उसमें वृत्ति रूपी तरंगों का न उठना। परन्तु दूसरे शब्दों में इसका अर्थ हो जाता है चित्त का अभाव, चित्त का नष्ट हो जाना, क्योंकि वृत्तियों के समूह को ही तो चित्त कहते हैं। यदि चित्त का निरोध किसी प्रक्रिया के द्वारा हुआ तो इसका यह अर्थ हुआ कि उस प्रक्रिया के द्वारा चित्त का अस्तित्व समाप्त कर दिया गया। जिस क्षण में यह बात होगी उसी क्षण में प्रज्ञानों का प्रवाह रुक जायगा। क्योंकि एक प्रज्ञान से दूसरे प्रज्ञान में जाने के लिए कोई संस्कार बचे न ही होंगे। फिर तो साधक व्युत्थान

अवस्था में अर्थात् समाधि से नीचे उतरने की अवस्था में आ ही न सकेगा। चाहे लाख वर्ष तक कोई योगाभ्यास करता रहे; परन्तु जब तक चित्त में थोड़ा सा भी संस्कार बचा हुआ है तब तक अतीत, वर्तमान और अनागत के बीच में सम्बन्ध की डोर बनी ही है। संस्कारों के नष्ट होने पर यह डोर नष्ट हो जायगी। इसका अर्थ यह भी हुआ कि तत्काल उस साधक की मृत्यु हो जायगी। विदेह होकर वह पूर्णतया मुक्त होगा, अन्यथा जब तक शरीर बना हुआ है और साधक समाधि से साधारण अवस्था में आता है तब तक यह मानना चाहिए कि उससे चित्त निरोध की अवस्था को प्राप्त नहीं किया।

पूर्ण निरोध की अवस्था को असंप्रज्ञात समाधि कहते हैं। वेदान्त के आचार्यों की भाषा में उसका नाम निर्विकल्प समाधि है। असम्प्रज्ञात से नीचे की अवस्था को सम्प्रज्ञात समाधि कहते हैं। यों तो समाधि के विषय पर आगे चलकर विचार होगा परन्तु प्रसंगवशात् कुछ लिखना आवश्यक है। ऐसा माना जाता है कि सम्प्रज्ञात समाधि की उच्चतम भूमि में पहुंचकर साधक को विवेक ख्याति की प्राप्ति होती है अर्थात् उसको इस बात का पूर्ण रूप से ज्ञान हो जाता है कि मैं प्रकृति से सर्वथा भिन्न हूं, उसका मेरा कोई सम्बन्ध नहीं है। यह अवस्था बहुत ऊंची है, इसमें कोई सन्देह नहीं है। फिर भी यह पूर्ण मोक्ष या कैवल्य से तो नीची है ही। अपने और प्रकृति में भेद की अनुभूति बुद्धि के द्वारा ही हो सकती है। बुद्धि स्वयं प्रकृति से उत्पन्न हुई है। अतः विवेकख्याति प्रकृति की सीमा के भीतर की अवस्था है। वेदान्त की दृष्टि से यह आपत्ति भी हो सकती है कि भले ही भेद का अनुभव हो परन्तु इस अनुभव का अर्थ यह है कि अपने साथ साथ प्रकृति का भी अनुभव हो रहा है अर्थात् "द्वैत बुद्धि" दूर नहीं हुई। अतः सम्प्रज्ञात समाधि तो मोक्ष के स्तर से नीचे की अवस्था है,यह स्पष्ट है। अब रही असम्प्रज्ञात समाधि। उसको पतंजलि ने निर्बीज समाधि भी कहा है। यदि सचमुच उसमें से नये संस्कार फूट कर न निकलते हों तो उसको निर्बीज कहना सर्वथा उचित है। परन्तु स्वयं पतंजलि ने एक दूसरे सूत्र में उसके सम्बन्ध में कहा है :

विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोऽन्यः। (१,१८)

इस सूत्र में और जितने शब्द आये हैं उनके सम्बन्ध में तो आगे चलकर यथा स्थान विचार होगा। यहां पर मैं केवल "संस्कार शेषः" की ओर ध्यान दिलाता हूं। पतंजलि के अनुसार समाधि की इस अवस्था में कोई न कोई संस्कार बचा रहता है। यदि ऐसा न मानते तो पतंजलि के सामने वही कठिनाई होती कि चित्त के निरुद्ध होने के बाद साधक का शरीर तत्काल छूट जाना चाहिए। तब फिर कौन से संस्कार रह जाते हैं? अभाव नभात्मक है और उसका प्रवाह नहीं हो सकता। ऐसा कहा जाता है कि गुणों के प्रति पूर्ण वितृष्णा होने से यह अवस्था प्राप्त होती है। वितृष्णा तृष्णा का

अभाव है। शुद्ध अभाव, शुद्ध "नहीं" का प्रवाह नहीं हो सकता। उस "नहीं" की तह मे कही कोई वस्तु छिपी है। जिसके अभाव की धारा बह रही है, वह भी उस धारा के नीचे गुप्त रूप से विद्यमान है। नही तो पतजलि का यह सस्कार शेष शब्द जो सर्वथा बुद्धिसगत है निरर्थक हो जायगा। इन सब सूत्रो को मिलाने के बाद मुझको ऐसा लगता है कि साधारणत साधक सम्प्रज्ञात समाधि के ऊपर उठ सकता है और वहां जाता है जहां कि सस्कार बहुत झीना पड जाता है। ऐसा साधक तो फिर जगत् मे लौट आ सकता है। परन्तु जिस दिन, जिस क्षण, पूर्ण निरोध की अनुभूति होगी उस दिन उसके सभी सस्कार नष्ट हो जायगे। जगत् उसके लिए विलीन हो जायगा और वह सच्चे अर्थों मे विदेह मुक्ति पा जायगा।

अध्याय ८

गुरुतत्त्व

योग उन शास्त्रों में नहीं जिनमें तर्क के द्वारा किसी विषय को बुद्धिनिष्ठ किया जाता है। यह विद्या तो क्रिया प्रधान है। जब जिज्ञासु को यह निश्चय हो गया कि उसका कल्याण योग मार्ग पर चलने से है और उसको यह भी विदित हो गया कि चित्त की वृत्तियों के निरोध का नाम योग है तो सहज ही वह क्रिया में प्रवृत्त होना चाहता है। उसको शास्त्रकारों ने यह विश्वास दिलाया है कि चित्त के निरुद्ध होने पर आत्मा अपने स्वरूप में स्थित हो जाता है। महर्षि कपिल के शब्दों में

तन्निवृत्तावुपशान्तोपरागः स्वस्थः ।

अर्थात् वृत्तियों के निवृत्त हो जाने पर विषयों के प्रति उपराग शान्त हो जाता है। उस समय आत्मा स्वस्थ अर्थात् अपने में स्थित हो जाती है।

अब इस बात की खोज होनी स्वाभाविक है कि निरोध क्या है? इस सम्बन्ध में शास्त्रकारों ने जो कुछ कहा है वह बहुत थोड़ा है। श्रीकृष्ण गीता में कहते हैं :

असंशयं महाबाहो, मनो दुर्निग्रहं चलम्।
अभ्यासेन तु कौन्तेय, वैराग्येण च गृह्यते ॥

हे महाबाहु अर्जुन, निश्चय ही चित्त चंचल है और बड़ी कठिनाई से बस में आता है। हे कौन्तेय, वह अभ्यास और वैराग्य के द्वारा पकड़ में आ सकता है। इस बात को पतंजलि इन शब्दों में सूत्रित करते हैं :

अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः । (१,१२)

अभ्यास और वैराग्य के द्वारा चित्त का निरोध होता है।

यहां दो शब्द आये हैं। वैराग्य का अर्थ तो कुछ समझ में आता है। विषयों के प्रति आसक्ति, तृष्णा, का न होना वैराग्य है। ऐसा लगता है कि वैराग्य अपने बस की बात है। उसमें किसी के उपदेश, आदेश की आवश्यकता नहीं है। परन्तु अभ्यास कैसे हो? पतंजलि ने कहा है :

तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः। (१,१३)

स्थिति के लिए जो यत्न किया जाय उसको अभ्यास कहते हैं। स्थिति का अर्थ पतञ्जलि के भाष्यकारों ने कहा है प्रशान्तवाहिता। इसका तात्पर्य यह हुआ कि चित्त मे वृत्तिया तो उठती रहेंगी ही, परन्तु जहा तक हो सके तामसिक और राजसिक वृत्तियो का शमन करके केवल सात्विक वृत्तियो के उदय और अस्त होने मे चित्त के प्रवाह को प्रशान्त धारा के रूप मे बहाने के लिए जो उपाय किया जाय वह अभ्यास है। उद्देश्य यह है कि चित्त की गति इस प्रकार होते होते स्वत निरोध की ओर झुक जायगी। परन्तु इतने से भी मार्ग खुला नही। चित्त को प्रशान्तवाही बनाने के लिए क्या यत्न किया जाय और कैसे ? यही पर गुरु की आवश्यकता प्रतीत होती है।

साधारणत ऐसा माना जाता है कि विद्या प्राप्त करने के तीन प्रकार हैं:

गुरुशुश्रूषया विद्या, विपुलेन धनेन वा।
अथवा विद्यया विद्या, चतुर्थी नैव विद्यते॥

या तो गुरु की सेवा करने से विद्या आती है या तो धन का व्यय करके या विद्या के बदले विद्या प्राप्त की जाती है। कोई चौथा मार्ग नही है।

परन्तु योग ब्रह्म विद्या, परा विद्या है । परा विद्या का स्वरूप मुण्डकोपनिषद् में इस प्रकार बतलाया गया है :

तस्मै स होवाच। द्वे विद्ये वेदितव्ये इति ह स्म यद् ब्रह्मविदो वदन्ति परा चैवापरा च॥४॥

तत्रापरा ऋग्वेदो यजुर्वेदः सामवेदोऽथर्ववेदः शिक्षा कल्पो व्याकरणं निरुक्त छन्दो ज्योतिषमिति। अथ परा यया तदक्षर-मधिगम्यते॥५॥

अगिरा ने शौनक से कहा कि दो विद्यायें हैं जिनको ब्रह्मज्ञानी लोग परा और अपरा (ऊची और नीची) कहते हैं। उनमे ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, अथर्ववेद, शिक्षा, कल्प, व्याकरण, निरुक्त, छन्द, ज्योतिष, अर्थात् सभी लौकिक शास्त्र अपरा विद्या (नीचे की विद्या) मे परिगणित हैं। स्वय वेद पढना भी नीचे की विद्या का अभ्यास करना है। परा विद्या वह है जिससे वह अक्षर ब्रह्म जाना जाता है। इस परा विद्या को जानने का केवल एक उपाय है। न यह धन देकर प्राप्त की जा सकती है, न कोई

और विद्या इसकी तुलना में ठहर सकती है जिसके बदले यह प्राप्त की जाय। सिवाय गुरु सेवा के इसको सीखने का और कोई उपाय नहीं है। उपनिषद् ने मुमुक्षु को उपदेश दिया है।

स गुरुमेवाभिगच्छेत् श्रोत्रियम् ब्रह्मनिष्ठं समित्पाणिः।

वह श्रोत्रिय ब्रह्मनिष्ठ गुरु के पास जाय, हाथ में समित् लेकर। श्रोत्रिय उस व्यक्ति को कहते हैं जो सुपठित, जिसने शास्त्रों का अध्ययन किया है, उनके कथनों पर मनन किया है वह शिष्य की शंकाओं का समाधान कर सकेगा। योगाभ्यास करने के पहले और योगाभ्यास काल में भी अनेक प्रकार की शंकायें उठती हैं जो कभी कभी बुद्धि को बुरी तरह उलझा देती हैं। कभी कभी तो अश्रद्धा उत्पन्न कर देती हैं। ऐसी शंकाओं को निवृत्त करना उस गुरु का काम है जो श्रोत्रिय है। हां, एक बार समाधि की ऊंची भूमिकाओं में पहुंच जाने के बाद फिर किसी श्रोत्रिय की आवश्यकता नहीं है। जैसा कि उपनिषद् में कहा है :

भिद्यते हृदयग्रंथिः, छिद्यन्ते सर्वसंशयाः।
क्षीयन्ते चास्य कर्म्माणि, तस्मिन् दृष्टे परावरे॥

अर्थात्, हृदय की गांठ खुल जाती है। सब संशयों का आप से छेदन हो जाता है तथा सारे कर्मों का क्षय हो जाता है, जब उस पर ब्रह्म का साक्षात्कार हो जाता है।

ब्रह्मनिष्ठ उस व्यक्ति को कहते हैं जो योग के द्वारा समाधि की ऊंची भूमिका में पहुंच कर ब्रह्म का साक्षात्कार कर चुका है।

ऐसा हो सकता है कि पूर्ण ब्रह्मनिष्ठ गुरु उपलब्ध न हो सके। फिर भी ऐसा गुरु तो होना ही चाहिए जो योगाभ्यास में रत हो और जिसकी ऊंची भूमियों में गति हो। वह साधक को कुछ दूर तक तो आगे ले ही जा सकता है और उसके लिए जो द्वार अवरुद्ध है उसे खोल सकता है। केवल श्रोत्रिय गुरु निरर्थक है। जो पंडित मात्र है वह अन्न के कणों की भूसी का संग्रह करता है और उससे दूसरों की भूख मिटाना चाहता है। स्वयं अन्धेरे में है और दूसरों का मार्ग दर्शक बनना चाहता है। ऐसा गुरु शिष्य का लाभ तो नहीं ही कर सकता, अपनी हानि निश्चय ही करता है।
तुलसीदास जी के शब्दों में :

हरै शिष्यधन शोक न हरई, सो गुरु घोर नरक महं परई।

अस्तु, गुरु के पास हाथ में समित् लेकर जाने का उपदेश दिया गया है। "हाथ में समित् लेकर जाना" उपलक्षण मात्र है। प्राचीन काल में प्रायः योगी लोग जंगलों में

वानप्रस्थी के रूप मे रहा करते थे। उनको नित्य अग्निहोत्र के लिए लकडियो का आवश्यकता होती थी। हवन के योग्य लकडिया को चुनकर गुरु के पास पहुचाना शिष्यों के प्रतिदिन के कर्तव्यो मे था। गुरु के पास हाथ मे समित् लेकर जाने का अर्थ है सब भावेन गुरु की सेवा करना, अपने को गुरु की शरण म डाल देना। गुरु सेवा किस प्रकार की होनी चाहिए इसके सम्बन्ध मे श्वेताश्वतर उपनिषद् म कहा गया है

यस्य देवे परा भक्ति, यथा देवे तथा गुरौ।
तस्यैते कथिता ह्यर्था, प्रकाशन्ते महात्मन॰॥

जिसको ईश्वर मे परा भक्ति हो और जैसी ईश्वर मे हो वैसी ही गुरु म उस महात्मा पर यह सब कहे हुए अर्थ प्रकाशित हो जाते हैं अर्थात् उसको ही इन सब रहस्यों का आप से आप ज्ञान हो जाता है।

गुरु की महत्ता के सम्बन्ध मे लोक मे एक श्लोक बहुत प्रचलित है।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु, गुरुर्देवो महेश्वर॰।
गुरु साक्षात् परब्रह्म, तस्मै श्रीगुरवे नम ॥

गुरु ब्रह्मा, विष्णु और महेश्वर है, गुरु साक्षात् परब्रह्म हैं, उन गुरु को प्रणाम है।

शारदा तिलक तंत्र म कहा है

ससारसिन्धोस्तरणैकहेतून्
दधे गुरून् मूर्ध्नि शिवस्वरूपान्।
रजांसि येषा पदपकजानां
तीर्थाभिषेकश्रियमावहन्ति॥

इस ग्रन्थ म तन्त्रान्तर से उद्धृत करके यह श्लोक भी दिया हुआ है

गुरुं न मर्त्यं बुध्येत, यदि बुध्येत तस्य तु।
कदापि न भवेत् सिद्धिर्न मन्त्रैर्देवपूजनै ॥

अर्थात् जो ससार सिन्धु के पार जाने के एकमात्र हेतु हैं, उन शिव स्वरूप गुरु को अपने सिर पर धारण करता हू। उनके पद पकज की धूलि सब तीर्थों से श्रेष्ठ है। (इस श्लोक मे आदरार्थ गुरु के लिए बहुवचन का प्रयोग हुआ है)

गुरु को मनुष्य नही मानना चाहिए। जो उनको मनुष्य मानता है वह मत्र और देवपूजन आदि के द्वारा सिद्धि को प्राप्त नही कर सकता।

योगियों के वाङ्मय में गुरु की इतनी महिमा देखकर कभी कभी लोगों को आश्चर्य होता है। आजकल तो ऐसा समझा जाने लगा है कि यह भी लोगों की वंचना करने का एक प्रकार का व्यापार है। ऐसी धारणा कुछ तो वर्तमान काल के श्रद्धा विहीन होने का प्रसाद है।इसके साथ ही कुछ और भी कारण हैं। एक तो यह कि संस्कृत में गुरु और आचार्य प्राय: एक दूसरे के पर्याय के रूप में व्यवहार में आते है। परन्तु कोई पंडित कितना बड़ा विद्वान् क्यों न हो वह ईश्वरतुल्य नहीं माना जा सकता। अर्थसाम्य के कारण यह दोप गुरु शब्द पर भी आ जाता है। इसके अतिरिक्त यह भी देखा गया है कि कुछ योगियों के गुरुओं का चर्चा नहीं मिलता जिससे यह अनुमान होता है कि योग में गुरु की नितान्त आवश्यकता नही है। इस आपत्ति के सम्बन्ध में पहली बात तो यह है कि बहुत सम्भव है कि उन महापुरुषों के गुरुओं के नाम काल पाकर विस्मृत हो गये हों। जैसा कि हम आगे किसी आगामी अध्याय में देखेंगे। किन्ही लोगों को तो सिद्धों से भी प्रत्यक्ष उपदेश मिल जाया करता है जो सामान्यत: अदृश्य रहते हैं। ऐसे लोग थोड़े ही होते हैं। पर वह बहुत ही भाग्यशाली हैं। उन लोगों की ओर श्रीकृष्ण ने गीता के छठें अध्याय में संकेत किया है। अर्जुन ने पूछा :

अयतिः श्रद्धयोपेतो, योगाच्चलितमानसः।
अप्राप्य योगसंसिद्धिं, कां गतिं कृष्ण गच्छति॥

कोई व्यक्ति ऐसा हो जिसमें श्रद्धा हो, उसने योगाभ्यास भी किया हो परन्तु अस्थिर चित्त होने के कारण योग में सिद्धि प्राप्त न कर सका हो। ऐसे मनुष्य की क्या गति होगी ?

उत्तर में श्रीकृष्ण ने कहा :

पार्थ नैवेह नामुत्र, विनाशस्तस्य विद्यते।
न हि कल्याणकृत्कश्चिद् दुर्गतिं तात गच्छति॥
प्राप्य पुण्यकृतांल्लोकानुषित्वा शाश्वतीः समाः।
शुचीनां श्रीमतां गेहे, योगभ्रष्टोऽभिजायते॥
अथवा योगिनामेव, कुले भवति धीमताम्।
एतद्धि दुर्लभतरं, लोके जन्म यदीदृशम्॥
तत्र तं बुद्धिसंयोगं, लभते पौर्वदेहिकम।
यतते च ततो भूयः, संसिद्धौ कुरुनन्दन॥
पूर्वाभ्यासेन तेनैव, ह्रियते ह्यवशोऽपि सः।
जिज्ञासुरपि योगस्य, शब्दब्रह्मातिवर्तते॥

हे अर्जुन, कल्याणकारी पुरुष की दुर्गति कभी नही होती। न उसका विना इस लोक मे होता है, न परलोक मे। बहुत दिनों तक पुण्यात्माओं के लोको अर्थात् विभिन्न स्वर्गों को, भोगकर योगभ्रष्ट सज्जन लोगो तथा श्रीमानों के घर में ज लेता है या बुद्धिमान योगियों के कुल मे जन्म लेता है। ऐसा जन्म बहुत ही दुर्लभ है वहा उसको पिछले जन्म की बुद्धि का सयोग फिर से प्राप्त होता है और वह सिद्धि लिए पुन यत्न करता है। जहा से अभ्यास छूटा था वहा से वह फिर से अभ्यास आर करता है। योग का जिज्ञासु भी उस पद से ऊपर जाता है जिस पद तक शब्द ब्र अर्थात् वैदिक कर्मकाडो की गति होती है।

ऐसे ही पिछले जन्म के किसी योगभ्रष्ट व्यक्ति को किसी महापुरुष से बातची मे भी यदि कोई सकेत मिल गया तो वह योग मे सिद्धि को प्राप्त कर सकता है। पर यह नियम सबके लिए लागू नही हो सकता। जिन लोगो ने सद्गुरु से अपने आध्यात्मि जीवन मे वैसी सहायता पायी है जो अन्य कही प्राप्त नही हो सकती थी वही इस विष के साक्षी हो सकते हैं। मैं यहा नमूने की भाति कुछ ऐसे वाक्य उद्धृत करता हू। विभि लोगो ने जैसी भाषा मे अपने विचारो को व्यक्त किया है वह स्वय बहुत रोचक है

गुरु गोविंद दोऊ खडे, का के लागूं पाय।
बलिहारी गुरु आपने, जिन गोविंद दियो बताय॥
कबीर ते नर अंध हैं, गुरु को कहते और।
हरि रूठे गुरु ठौर हैं, गुरु रूठे नहीं ठौर।
(कबीर)

गुरु परसादी दुरमति खोई। जह देखा तह एको सोई॥
जिनी आतम चीनिआ परमातमु सोई॥
(नानक)

दादू उस गुरुदेव की, मैं बलिहारी जाउं।
जह आसन अमर अलेख था, ले राखे उस ठाउं॥
(दादू)

परमातम गुरु आतमा, उपज्या यह अविवेक।
सुदर भ्रम ते दोय थे, सतगुरु की एक एक।
(सुन्दरदास)

सतगुरु के ढिग जायके, सनमुख लावे चोट।
चकमक लगि पथरी झडें, सकल जलावें खोट॥
(चरनदास)

चिउटी जहां न चलि सकै, सरसों न ठहराय।
सहजो कूं वा देस में, सतगुरु दई बसाय॥
गुरु चरनन पर तन मन वारूं। गुरु न तजूं हरि को तजि डारूं॥
(चरनदास जी की शिष्या सहजोबाई)

ऐसा सतगुरु हम मिला, सुन्न विदेसी आप।
रोम रोम परकास है, देहीं अजपा जाप॥
ऐसा सतगुरु हम मिला बेपरवाह अबंध।
परम हंस पूरन पुरुष, रोम रोम रवि चंद॥
(गरीबदास)

ऐन इश्क नहीं घर खालाका जो फपसेत्ती घुस जाओगे।
बिन पूछे जांचे खोल कमर आंगन में खाट बिछाओगे।
जब पहिले मानमनीखोकर मुर्शिद की ठोकर खाओगे।
तब रामसहाय मिटाय खुदी महबूब महल को पाओगे।
(रामसहाय)

मुर्शिद—गुरु (रामसहाय जी उर्दू वर्णमाला की अखरावत लिख रहे थे "ऐन" अक्षर पर यह शब्द बना है)

धरती से आकाश लों धावा, बिन सदगुरु कोउ भेद न पावा।
(बजहन)

गुरु महिमा में लिखी सहस्रों रचनायें दी जा सकती हैं। परन्तु उदाहरण के लिए इतनी पर्याप्त हैं।

गुरु ब्रह्मनिष्ठ होना चाहिए। इसके सम्बन्ध में कई लोगों ने अपना मत स्पष्ट किया है।

पोथी पढ़ि पढ़ि जग मुआ, पंडित हुआ न कोय।
ढाई अक्षर प्रेम का, पढ़ै सो पंडित होय॥
धुन लावै जो गगन की, सो मेरा गुरुदेवा।
(कबीर)
जो जाने यहि पद कर भेवा, आदि अन्त सोई गुरुदेवा॥
(बाबा रामलाल)

शिष्य को गुरु की सेवा जिस लगन से करनी चाहिए उसके सम्बन्ध मे कबीर एक दोहा है :

पहिले दाता शिष भया, जिन तन मन अरपा शीश।
पीछे दाता गुरु भया, जिन नाम किया बखशीश॥

इसी विषय पर दया बाई कहती है

मनसा बाचा करि दया, गुरु चरनौं चित लाव।
जग समुद्र के तरनकूं, नाहिन आन उपाव॥

और दरिया साहब का यह उपदेश है

गुरु होने योग्य व्यक्ति को पहचानना सरल काम नही है। ऐसे लोग पुरुष औ स्त्री शरीर मे, वृद्ध और युवा शरीर म, गृहस्थ और साधु शरीर म मिलते हैं, अनेक धर्मों के अनुयाइया मे पाये जाते हैं। सच्चे महात्माओं का अनुकरण करने वाले गुरु की भी कोई कमी नहीं है। परन्तु इससे हतोत्साह होने की कोई आवश्यकता नहीं है जीवन मे दो चार बार धोखा भी हो सकता है परन्तु जो सच्चा खोजी है उसकी खोज पूरी होकर रहती है। परमात्मा स्वय उसको गुरुरूप से मिलता है और जब तक ऐसा नही होता तब तक उसके चित्त को तृप्ति भी नही होती। कभी कभी तो कुछ सच्चे महात्मा ऐसा आचरण करते प्रतीत होते है कि लोग दुखी होकर उनके पास आना छोड़ दें। और यह भी एक परीक्षा है, जो इसम उत्तीर्ण होता है वह भाग्यवान् है और वह इस योग्य है कि गुरु उस पर कृपा करे। सच्चे ब्रह्मज्ञानी पुरुष अपना विज्ञापन नहीं किया करते। कबीर ने एक जगह कहा है

पानी प्यावत क्या फिरं, घर घर सायर बार।
जो कोई प्यासा होयगा, पीवेगा झख मार॥

जब कोई ब्रह्मनिष्ठ किसी को शिष्य रूप मे स्वीकार कर लेता है तो फिर यह सारे जीवन पर्यन्त का सम्बन्ध हो जाता है। कोई व्यवधान इसमे बाधक नहीं हो सकता। कबीर ने कहा है

जो गुरु होय बनारसी, शिष्य समुन्दर तीर।
आठ पहर लागी रहै, जो गुन होई सरीर॥

एक दिन किसी प्रकार का मन्त्र कान मे फूंक देने से काम नहीं चलता। शिष्य के सारे जीवन को सुधारना है। यह ठीक है कि प्रत्यक शिष्य की योग्यता एक सी नहीं

हो सकती, परन्तु जिसकी जितनी योग्यता है उसको उतना आगे तो ले ही जाना है। उसके इस जन्म को सुधारना है और इसके साथ ही दूसरे जन्म को सुधारना है। शिष्य को ऐसा बना देना है कि यदि उसमें कोई कमी रह गयी, यदि वह योगभ्रष्ट रह गया, तो वह कमी अगले जन्म में पूरी हो जाय। नैतिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक इन सभी स्तरों पर शिष्य को ऊपर उठाना है और यह बड़ा कठिन काम है। योग या अन्य उपासना के क्षेत्र में गुरु शिष्य को क्या उपदेश देता है यह तो वही दोनों जान सकते हैं। इतना स्पष्ट है कि जो कुछ उपदेश दिया जायगा वह बहुत सोच समझकर दिया जायगा परन्तु वह उपदेश गोप्य ही होगा, गुरु और शिष्य दोनों ही उसे गुप्त रखेंगे। इसलिए पुस्तकों में इस सम्बन्ध की बातें बहुत ब्यौरे से खोलकर नहीं कही जातीं। मौलाना रूम ने कहा है :

आरिफ़ां के जामे हक नोशीदः अंद,
राजहां दानिस्तः वो पोशीदः अंद॥
हर किरा इस्रारे हक आमोख्तन्द,
मुहु कर्दन्दो दहानश दोख्तन्द॥

जिन योगियों ने ब्रह्मानन्द का प्याला पिया है वह रहस्यों को जानते हैं परन्तु उनको छिपाते हैं। जिस किसी को सत्य पदार्थ का भेद सिखाते हैं उसके होंठ को सीकर उस पर मुहर लगा देते हैं।

शिष्य के उतावलेपन से प्रेरित होकर नहीं वरन् उसकी क्षमता को देखकर ही गुरु उसे अपना उपदेश देता है। एक ओर तो शिष्य की व्यग्रता और झूठे दर्प को दबाना होता है, दूसरी ओर उसके उत्साह को बढ़ाना होता है। कोई शिष्य अपने अभिमान में यह समझ सकता है कि मुझे मार्ग बतलाया जाय, मैं बात की बात में इसको तय करूंगा। उसके सामने यह बात रखनी पड़ती है :

रण का चढ़ना सहज है मुश्किल करना योग।

(पलटू)

पतंजलि के शब्दों में :

स तु दीर्घकालनैरंतर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः। (१,१४)

अर्थात् यह जो योग का अभ्यास है वह एक दिन में सिद्ध करने की वस्तु नहीं है। जब इसे दीर्घकाल तक निरन्तर श्रद्धा और पूरे श्रम के साथ किया जाय तब इसमें दृढ़ स्थिति प्राप्त होती है।

इसके साथ ही इस बात को भी ध्यान मे रखना पडता है कि उसका सा टूट न जाय। उसको यह भी समझाया जाता है कि

तीव्रसंवेगानामासन्न । (१,२१)
तथा मृदुमध्याधिमात्रत्वात् ततोऽपि विशेष । (१,२२)

अर्थात् वह लोग जिनका संवेग तीव्र होता है, योग के प्रति जिनका उत्स तीव्र होता है, उनको समाधि बहुत शीघ्र प्राप्त होती है। इतना ही नहीं, तीव्र सं वालो के भी तीन भेद होते हैं मृदु, मध्य और अधिमात्र । यह तीनो तीव्रता उत्तरोत्तर हैं और इसलिए उत्तरोत्तर फल देने वाली हैं। इसका तात्पर्य यह हुआ कि गुरु शिष्य को बराबर यह उपदेश देता रहता है तुम अपने संवेग को, योग मे सफल प्राप्त करने की इच्छा का, तीव्र बनाओ, और तीव्र ही नही अधिमात्र तीव्र बनाओ तुमको निश्चय ही सफलता मिलेगी। भावी जीवन की बात सोचकर हाथ प हाथ रखकर बैठने की आवश्यकता नही। सफलता की कुजी तुम्हारे हाथ मे है।

सूत्रकार ने सफलता के लिए केवल संवेग का नाम लिया है और किसी बात क नही। इसका तात्पर्य यह है कि इस सम्बन्ध मे किसी अन्य बात की अपेक्षा नही है। य इसलिए कहा जाता है कि कभी कभी लोगो को ऐसा समझा दिया जाता है कि योग क अभ्यास कलिकाल के लिए नही है। और दूसरी बात यह है कि योग केवल युवा पुरुष के लिए है। यह ठीक है कि युवा अवस्था मे शरीर प्राय स्वभावत स्वस्थ रहता है सकल्प शक्ति भी बलवती होती है। इसलिए जहा इन्द्रिया प्रबल होती है वहा उनक दमन करना भी अपेक्षतया सुगम होता है। परन्तु योग शारीरिक व्यायाम नहीं है चित्त का खेल है और इसलिए वय का योगाभ्यास के लिए विशेष महत्त्व नही है। वृद्ध पुरुष का भी संवेग तीव्र हो सकता है। इतना ही नही, यदि उसके हृदय मे यह बात बै जाय कि अब जीवन थोडा है, अपने अवशिष्ट दिनो का पूर्ण प्रयोग करना चाहिए तो वह युवा पुरुषो से किसी दृष्टि म पीछे नही रह सकता। रही कलिकाल की बात। यह निरर्थक है। आज यदि कलिकाल है तो आजकल का मनुष्य उन सभी कामों को कर रहा है जो पहले युगो के मनुष्य करते थे। वह उन सभी पुस्तको को पढ रहा है जिनको वह लिख गये हैं और उनके अतिरिक्त अन्य सहस्रो नयी पुस्तको को पढ रहा है। विज्ञान के द्वारा ऐसे काम कर रहा है जिनको पहले के लोग नही कर सके थे। इस बात को मानने का कोई कारण नही है कि वह पहले के युगो के मनुष्यों से किसी बात म हीन है। आज का मनुष्य योग के विषय मे उतना ही अच्छा अधिकारी हो सकता है जितना पहले का कोई व्यक्ति हो गया है। और इतना ही नही, यह भी ध्यान म रखने की बात है कि

हमारे देश में जितने लोगों के नाम योगियों की सूची में लिये जाते हैं उनमें से बहुतों ने इसी कलियुग में शरीर धारण किया था। पहले सतयुग आदि में मंत्रद्रष्टा भले ही रहे हों परन्तु आत्मद्रष्टाओं की संख्या कलियुग में किसी अन्य युग से कम नहीं रही है। योग के पथ पर चलने वाले को हतोत्साह होने का कोई कारण नहीं है।

सद्गुरु का सत्संग एक ऐसी वस्तु है जिसका मूल्यांकन शब्दों में नहीं हो सकता। उठते बैठते गुरुमुख से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से जो भी शब्द निकलते हैं वह शिष्य के लिए परम हितकारी हैं। बिना प्रयास के ही उसकी बहुत सी शंकाओं का उच्छेदन हो जाता है, बिना पूछे ही बहुत से प्रश्नों के उत्तर मिल जाते हैं, जीवन की बहुत सी समस्यायें सुलझ जाती हैं। प्राचीन आचार्यों ने सत्संग को बहुत ऊंचा स्थान दिया है।

तुलसीदास जी के शब्दों में :

मति गति कीरति भूति भलाई, जो जन जबहिं जहां ते पाई।
सो जानब सत्संग प्रभाऊ, लोकहु वेद न आन उपाऊ।

(तुलसीदास)

इस सम्बन्ध में एक पुरानी कथा का स्मरण हो आता है। कहते हैं कि एक बार वशिष्ठ और विश्वामित्र में इस बात पर विवाद छिड़ा कि तप बड़ा है कि सत्संग। यह निश्चय हुआ कि शेषनाग को मध्यस्थ माना जाय। दोनों महर्षि उनके पास गये। उन्होंने कहा मेरे सिर पर पृथ्वी का इतना भारी बोझ है। इसको थोड़ी देर के लिए हल्का कर दीजिए फिर मैं उत्तर दूंगा। विश्वामित्र ने कहा मैंने जो कुछ तप किया है उसमें से एक सहस्र वर्ष के तप से प्राप्त शक्ति को इस काम के लिए लगाता हूं। उस शक्ति के लगाने पर भी पृथ्वी अपने स्थान से न हिली। तब वशिष्ठ ने कहा कि यदि मैंने अपने जीवन में कुछ सत्संग किया हो तो उसमें से घड़ी भर के सत्संग के फल से प्राप्त पुण्य को अर्पित करता हूं। उनके ऐसा कहते ही पृथ्वी शेषनाग के सिर पर से उछल कर ऊपर उठ गयी। विश्वामित्र जी ने कहा कि अब आप निर्णय कीजिए। शेषनाग ने कहा कि निर्णय तो हो गया। जो काम एक हजार वर्ष का तप न कर सका वह एक घड़ी के सत्संग ने कर दिया। यह तो कहानी है। परन्तु इसमें सन्देह नहीं कि :

एक घड़ी आधी घड़ी, आधिहुं की पुनि आध।
तुलसी संगत साध की, हरै कोटि अपराध॥

ब्रह्मवेत्ता सभी महात्मा बराबर हैं और समान रूप से पूज्य हैं, ऐसी भावना मनुष्य को रखनी चाहिए। कहा गया है :

यत्र तत्र समये यथा तथा, योऽसि सोऽस्यभिधया यया तया।
वीतरागकलुषश्च चेद् भवान्, एक एव भगवन नमोऽस्तु ते॥

चाहे जिस जगह और जिस समय मे उन्होने शरीर धारण किया हो और चाहे जिस नाम से पुकारे जाते हो, जो लोग राग और द्वेष से परे हो वह सब एक हैं और उनको प्रणाम।

फिर भी अपने गुरु को सर्वाधिक आदर और पूजा का पात्र मानना ही चाहिए। इस बात को दादूदयाल जी के शिष्य सुन्दरदास जी ने बडे उत्तम ढग से निबाहा है

और तो सत सबै सिर ऊपर सुन्दर के गुरु हैं गुरु दादू।

अध्याय ६

चित्त प्रसाद— कर्मयोग

किसी को अपने शिष्य के रूप में स्वीकार करना अपने ऊपर बहुत बड़ा दायित्व लेना है। गुरु उस व्यक्ति के सारे जीवन और जीवन के हर पहलू को सुधारने का भार अपने ऊपर लेता है। परन्तु यदि शिष्य उन गुणों से सम्पन्न है जिनका संकेत पिछले अध्यायों में किया गया है और गुरु के आदेश, उपदेश और परामर्श के अनुसार चलता है तो इसमें सन्देह नहीं कि उसका कल्याण होगा। एक बात सदैव ध्यान में रखनी चाहिए। कोई व्यक्ति कितना बड़ा महात्मा क्यों न हो शरीरधारी होने के नाते उससे भी भूलें हो सकती हैं इसलिए सत्पुरुष शिष्य को यह चेतावनी दे दिया करते हैं :

यान्यस्माकं सुचरितानि तानि त्वयोपास्यानि नो इतराणि।

जो हमारे सुचरित हैं, तुम उनका ही पालन करना, दूसरों का नहीं। बोलचाल की भाषा में इसे यों कहते हैं :

गुरु जो कहे वह करना चाहिए। जो करे उसका अनुसरण नहीं करना चाहिए।

मुमुक्षु के सामने यह बहुत बड़ी समस्या होती है कि गृहस्थ आश्रम में बना रहे या उसका परित्याग कर दे। अन्त में इसका निर्णय गुरु को ही करना पड़ता है। उसके दीक्षा लेने के पहले तक के रहने सहने के ढंग, उसकी प्रवृत्तियों, उसके भविष्य के सम्बन्ध में अनुमान, इन सब बातों को तौल कर ही गुरु कोई उत्तर दे सकता है। सब के लिए एक ही उत्तर नहीं हो सकता। परन्तु एक बात स्मरण रखने की है। आजकल कुछ ऐसी धारणा सी हो गयी है कि आध्यात्मिक उन्नति के लिए गृहस्थ आश्रम छोड़ देना नितान्त आवश्यक है। यह धारणा यथार्थ नहीं है। बुद्धदेव के पहले के इतिहास में विरले ही किसी सन्यासी का नाम मिलेगा : कुछ नैष्ठिक ब्रह्मचारा, कुछ गृहस्थ, कुछ वानप्रस्थ। बुद्धदेव को जनता के सामने बहुत सी पुरानी बातों को हटाकर नयी बातें रखनी थीं। उनको इस बात की आवश्यकता थी कि ऐसे स्थायी कार्यकर्त्ता मिलें जिनके पास नये धर्म के प्रचार के सिवाय कोई दूसरा काम न हो। इसलिए उन्होंने श्रमण के संघ की स्थापना की। उनके कई सौ वर्ष बाद श्री आदि शंकराचार्य को भी

यत्र तत्र समये यथा तथा, योऽसि सोऽस्यभिधया यया तया।
वीतरागकलुषश्च चेद् भवान्, एक एव भगवन् नमोऽस्तु ते॥

चाहे जिस जगह और जिस समय में उन्होंने शरीर धारण किया हो और चाहे जिस नाम से पुकारे जाते हों, जो लोग राग और द्वेष से परे हों वह सब एक हैं और उनको प्रणाम।

फिर भी अपने गुरु को सर्वाधिक आदर और पूजा का पात्र मानना ही चाहिए। इस बात को दादूदयाल जी के शिष्य सुन्दरदास जी ने बड़े उत्तम ढंग से निबाहा है :

और तो संत सबै सिर ऊपर सुन्दर के गुरु हैं गुरु दादू।

लोग गृहस्थ आश्रम को छोड़ चुके हैं उनके सम्बन्ध में ऐसा कहा और समझा जाता है कि उन्होंने संसार को छोड़ दिया है। परन्तु संसार हमारे बाहर ईंट पत्थर में, वृक्ष और वनस्पति में, मनुष्यों की भीड़ में, नहीं है। वह हमारे भीतर है। मनुष्य जहां जाता है अपना संसार अपने साथ ले जाता है। संसार तो काम, क्रोध, राग, और द्वेष से बना हुआ है। कपड़े को बदल लेने से संसार का त्याग नहीं होता। घर छोड़कर मठ में जाकर रहने पर भी संसार साथ जाता है। यह इतनी प्रत्यक्ष बात है कि हमको इसका नित्य अनुभव होता रहता है। न तो इसके उदाहरण देने की आवश्यकता है और न कुछ विस्तार से कहने की।

एक इससे भी महत्त्व की बात है। मनुष्य के चरित्र को सुधारने का, मनुष्य की दुर्बलताओं के ऊपर उठने का, अवसर संसार में रहकर ही मिलता है। जो आदमी जंगल में चला गया, मनुष्य समाज से अलग हो गया, वह किसके ऊपर क्रोध करेगा? उसकी काम वासना के लिए भी उत्तेजक सामग्री स्यात् ही कभी मिलेगी। किस वस्तु का लोभ होगा? परिणाम प्रायः यह होगा कि वह प्रवृत्तियां जो मनुष्यों में सहज रूप से पायी जाती हैं दब सी जायंगी। परन्तु दब जाने का यह अर्थ नहीं है कि वह निर्मूल हो जायंगी। उनकी तृप्ति का अवसर सामने आया कि सुप्तप्राय प्रवृत्तियां फिर ज.ग उठेंगी अपने चित्त से लड़कर विजय प्राप्त करने का अभ्यास न होने से वह मनुष्य बह जायगा। ऐसे काम कर बैठेगा जिनसे बाद को उसे पश्चात्ताप होगा। उसे लज्जा होगी परन्तु अनुचित आचरण तो हो चुका होगा। पुराणों में ऐसे तपस्वियों की बहुत सी कथायें मिलती हैं। वर्षों की तपस्या काम नहीं आती और बात की बात में कोई ऐसा आचरण हो जाता है जिसके संस्कार को जल्दी कोई पश्चात्ताप धो नहीं सकता। गृहस्थ आश्रम में प्रलोभन आते हैं। उनसे लड़ने का यत्न भी किया जा सकता है। यत्न कभी सफल होगा और कभी असफल। परन्तु क्रमशः उनके ऊपर अंकुश रखने की शक्ति उत्पन्न होती है। इसके साथ ही भोग स्वयं अरुचि उत्पन्न कर देता है, इसलिए स्खलन का डर कम हो जाता है।

अर्थ और काम की प्रवृत्ति तो जैसा कि पहले हम दिखला आये हैं प्राणीमात्र में होती है। जंगल में रहने वाला यती भी इनके ऊपर नहीं उठ सकता। परन्तु धर्म का आचरण उसके लिए सम्भव नहीं है क्योंकि इसके लिए पात्र चाहिए। उदारता, दया, त्याग, मैत्री, क्षमा आदि सद्गुण धर्माचरण के अंग है। परन्तु जो अकेले रहता है, मनुष्य समाज को छोड़ चुका है, वह किसके ऊपर क्षमा या दया का अभ्यास करेगा किसके साथ मैत्री दिखलायेगा? किसके साथ उदारता बरतेगा? स्वभावतः उसके चरित्र में इन गुणों के विकसित होने का अवसर मिलता ही नहीं। बहुधा ऐसे लोग बड़ी कड़ाई के साथ धार्मिक नियमों के बरतने की बात करते हैं। जिन मनुष्यों से उनको कभी काम

कुछ ऐसी ही आवश्यकता प्रतीत हुई और उन्होने बुद्धदेव का अनुकरण करके सन्यासियों के सघ स्थापित किये। सन्यासी, या कहिए कि सभी प्रकार के साधु, आदरणीय हैं इसमे कोई सन्देह नही है। इस बात मे भी कोई सन्देह नही कि काषाय वस्त्र का धारण करना या चतुर्थ आश्रम मे प्रवेश करना आध्यात्मिक जीवन के लिए कदापि अनिवार्य नहीं है। उपनिषदो मे, जिनको श्री शकराचार्य ने प्रस्थान ग्रन्थों में प्रथम स्थान दिया है, ऐसे कई लोगो का चर्चा है जो सन्यासी नही थे। काशिराज अजातशत्रु गृहस्थ थे और उन्होने दृप्तबालाकि और उनके पिता को ब्रह्मज्ञान का उपदेश दिया था। विदेह राजा थे। सन्यासी नही। स्वय याज्ञवल्क्य ब्रह्मज्ञान प्राप्ति के पहले सन्यासी नही थे। श्री शकराचार्य का दूसरा प्रस्थान ग्रन्थ भगवद्गीता है। इसके प्रणेता श्रीकृष्ण गृहस्थ थे और उन्होने अपने शिष्य अर्जुन को गृहस्थ आश्रम छोडने का उपदेश नही दिया। योगवासिष्ठ के अनुसार रामचन्द्र जी को लडकपन मे ही वैराग्य हुआ। परन्तु वसिष्ठ से आत्मज्ञान का उपदेश पाने के बाद वह भी गृहस्थ आश्रम मे रह गये। ऐसे भी उदाहरण हैं जब कि गुरु के उपदेश से मुमुक्षु ने भैक्षचर्या अगीकार कर लिया है। भर्तृहरि और गोपीचन्द देशविख्यात उदाहरण हैं। परन्तु दूसरी ओर कबीर और नानक जैसे गृहस्थ महात्माओ के नाम भी मिलते हैं। विचित्र बात तो यह है कि स्वय श्री शकराचार्य की गुरु परम्परा मे गृहस्थो के नाम हैं। आज भी उनके मठो मे वशिष्ठ, उनके पुत्र शक्ति और शक्ति के पुत्र पराशर और पराशर के पुत्र व्यास के नाम आदर से गिनाये जाते हैं। अतः इस सम्बन्ध मे इतना ही कहा जा सकता है कि शिष्य गृहस्थ आश्रम मे रहेगा या न रहेगा यह उसके गुरु की आज्ञा पर निर्भर करता है और गुरु जो भी आज्ञा देगा उसकी परिस्थितियो पर सम्यक् विचार करने के बाद ही देगा।

सन्यासी का मार्ग कठिन है, इसमे भी कोई सन्देह नहीं। उसके लिए खाने, पीने, उठने, बैठने, सोने, जागने, के बडे बडे बन्धन हैं। इन नियमो पर यहा विस्तार से विचार करने की आवश्यकता नही है। तत् तत् सम्प्रदाय के अपने आचार ग्रन्थ हैं जिनका पालन उनके यहा होता ही होगा। पतजलि ने भी इस सम्बन्ध मे विशद रूप से कुछ कहना आवश्यक नही समझा।

गृहस्थ आश्रम का भी बहुत बडा महत्त्व है। जगत् मे धर्म की मर्यादा को बनाये रखना गृहस्थ पर ही निर्भर है। जैसा कि मनु ने कहा है

यथा नदीनदाः सर्वे, समुद्रे यान्ति संस्थितिम्।
तथैवाश्रमिणः सर्वे, गृहस्थे यान्ति संस्थितिम्॥

जैसे छोटी बडी सभी नदिया समुद्र मे आश्रय पाती हैं, उसी प्रकार तीनो आश्रम वाले गृहस्थ आश्रम में आश्रय पाते हैं। इसके सिवाय एक और बहुत बडी बात है। जो

लोग गृहस्थ आश्रम को छोड़ चुके हैं उनके सम्बन्ध में ऐसा कहा और समझा जाता है कि उन्होंने संसार को छोड़ दिया है। परन्तु संसार हमारे वाहर ईंट पत्थर में, वृक्ष और वनस्पति में, मनुष्यों की भीड़ में, नहीं है। वह हमारे भीतर है। मनुष्य जहां जाता है अपना संसार अपने साथ ले जाता है। संसार तो काम, क्रोध, राग, और द्वेष से वना हुआ है। कपड़े को वदल लेने से संसार का त्याग नहीं होता। घर छोड़कर मठ में जाकर रहने पर भी संसार साथ जाता है। यह इतनी प्रत्यक्ष बात है कि हमको इसका नित्य अनुभव होता रहता है। न तो इसके उदाहरण देने की आवश्यकता है और न कुछ विस्तार से कहने की।

एक इससे भी महत्त्व की वात है। मनुष्य के चरित्र को सुधारने का, मनुष्य की दुर्वलताओं के ऊपर उठने का, अवसर संसार में रहकर ही मिलता है। जो आदमी जंगल में चला गया, मनुष्य समाज से अलग हो गया, वह किसके ऊपर क्रोध करेगा? उसकी काम वासना के लिए भी उत्तेजक सामग्री स्यात् ही कभी मिलेगी। किस वस्तु का लोभ होगा? परिणाम प्रायः यह होगा कि वह प्रवृत्तियां जो मनुष्यों में सहज रूप से पायी जाती हैं दव सी जायंगी। परन्तु दव जाने का यह अर्थ नहीं है कि वह निर्मूल हो जायंगी। उनकी तृप्ति का अवसर सामने आया कि सुप्तप्राय प्रवृत्तियां फिर ज.ग उठेंगी अपने चित्त से लड़कर विजय प्राप्त करने का अभ्यास न होने से वह मनुष्य वह जायगा। ऐसे काम कर वैठेगा जिनसे वाद को उसे पश्चात्ताप होगा। उसे लज्जा होगी परन्तु अनुचित आचरण तो हो चुका होगा। पुराणों में ऐसे तपस्वियों की वहुत सी कथायें मिलती हैं। वर्षों की तपस्या काम नहीं आती और वात की वात में कोई ऐसा आचरण हो जाता है जिसके संस्कार को जल्दी कोई पश्चात्ताप धो नहीं सकता। गृहस्थ आश्रम में प्रलोभन आते हैं। उनसे लड़ने का यत्न भी किया जा सकता है। यत्न कभी सफल होगा और कभी असफल। परन्तु क्रमशः उनके ऊपर अंकुश रखने की शक्ति उत्पन्न होती है। इसके साथ ही भोग स्वयं अरुचि उत्पन्न कर देता है, इसलिए स्खलन का डर कम हो जाता है।

अर्थ और काम की प्रवृत्ति तो जैसा कि पहले हम दिखला आये हैं प्राणीमात्र में होती है। जंगल में रहने वाला यती भी इनके ऊपर नहीं उठ सकता। परन्तु धर्म का आचरण उसके लिए सम्भव नहीं है क्योंकि इसके लिए पात्र चाहिए। उदारता, दया, त्याग, मैत्री, क्षमा आदि सद्गुण धर्माचरण के अंग हैं। परन्तु जो अकेले रहता है, मनुष्य समाज को छोड़ चुका है, वह किसके ऊपर क्षमा या दया का अभ्यास करेगा किसके साथ मैत्री दिखलायेगा? किसके साथ उदारता वरतेगा? स्वभावतः उसके चरित्र में इन गुणों के विकसित होने का अवसर मिलता ही नहीं। वहुधा ऐसे लोग वड़ी कड़ाई के साथ धार्मिक नियमों के वरतने की वात करते हैं। जिन मनुष्यों से उनको कभी काम

पड जाता है उनसे बडी कठोरता से सत्य आदि नियमो के पालन की आशा करते है। परन्तु समाज से पृथक् रहने के कारण वह धर्म के व्यावहारिक रूप को नही जानते हैं। मनुष्य चरित्र की दुर्बलता को नहीं पहचानते और यह नही जानते कि जो दुर्बल है उसको किस प्रकार अपने हाथ का सहारा देकर ऊपर उठना होता है।

श्रीकृष्ण ने गीता मे कहा है .

न हि कश्चित् क्षणमपि जातु तिष्ठत्यकर्मकृत् ।

कोई मनुष्य थोडी देर के लिए भी बेकार नही बैठ सकता। जब तक कोई सज्ञाहीन न हो जाय तब तक वह कुछ न कुछ करता रहता है। यदि देखने मे शरीर निश्चल भी प्रतीत हो तो चित्त न जाने कहा कहा दौडता फिरता है। जब चचल रहना ही है, कुछ न कुछ करते ही रहना है, तो ऐसा काम क्या न किया जाय जो हानिकर होने के बदले लाभदायक हो। जगल मे रहने वाला यती भी दिन-रात समाधिस्थ नही रहता। जो इतनी आध्यात्मिक उन्नति कर चुका हो उसकी तो बात न्यारी है परन्तु जो अभी इस स्थिति तक नही पहुचा है उसका चित्त भी कुछ न कुछ सोचता रहता होगा। उसको भी अपने चित्त पर अकुश रखना होगा और बुरी दिशा मे जाने की अपेक्षा अच्छा अकुश यही है कि अच्छी दिशा मे ले जाया जाय। ऐसे अवसर गृहस्थ को बडी सुकरता से प्राप्त होते हैं। प्राचीन आचार्यों न उचित ढग से काम करके जीवन यापन करने का बहुत विस्तार से वर्णन किया है। ईशावास्य उपनिषद् ने कहा है

कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेच्छतं समा. ।
एव त्वयि नान्यथेतोऽस्ति न कर्म लिप्यते नरे ।।

कर्म करता हुआ पूर्ण आयु भर जीने की इच्छा करे। तुम मनुष्यो के लिए यही मार्ग है इस पर चलने स कर्म स मनुष्य लिप्त नही होता। यह अन्तिम वाक्य बडे महत्त्व का है। कर्म मे बहुत बडा दोष यह है कि वह अनन्त चक्र को जन्म देता है कर्म स फल होता है और फलस्वरूप वासनायें होती है। वासनाओ स फिर कर्म होते हैं। यह तांता कभी टूटता ही नही। मनुष्य सदा कर्म से लिप्त रह जाता है। परन्तु इस प्रकार भी कर्म किया जा सकता है कि कर्म हो परन्तु उससे लिप्त न होना पड। उसके सस्कार चिपके न रहे। यह कैसे होगा ? इसका रहस्य इसके पहले के मत्र म बतलाया गया है त्यक्तेन भु जीथा त्याग के द्वारा योग करे। जैसा कि धर्म के विषय पर विचार करते हुए हमने देखा है मनुष्य सहस्रा दूसरे प्राणियो का ऋणी है। यदि वह इस बात का निरन्तर प्रयत्न करता है कि दूसरो का ऋण चुकाता रहे दूसरो की सेवा करता

रहे तो वह कर्म से लिप्त न होगा। इसी को निष्काम कर्म कहा गया है और ऐसे कर्म में लगे रहने को कर्मयोग कहते हैं। इसी को गांधीजी ने अनासक्ति का नाम दिया है। कर्मयोग का मूल सिद्धान्त यह है कि मनुष्य कर्म के फल में आसक्ति न रखे। कर्म करे परन्तु उसके फल की ओर आकृष्ट न हो। इसका तात्पर्य यह नहीं है कि कर्मयोगी पागलों की भांति जो कोई काम सामने आ गया उसको कर बैठता है।

जब कोई काम सामने आता है तो उसके परिणामों के ऊपर पूरा विचार करता है। देखना है कि उससे क्या लाभ होगा? लाभ और अलाभ का सन्तुलन करते हुए अपने हितों की बात नहीं लोकहित की बात प्रधान रूप से सामने रखता है। जो काम उपयोगी प्रतीत होता है उसको यत्नपूर्वक करता है और काम करते समय इस बात का प्रयास करता है कि काम में सफलता हो। परन्तु लक्ष्य यह होना चाहिए कि काम में सफलता हो मेरी सफलता हो या न हो। प्रस्तावित कर्म के प्रसंग में 'मैं' की भावना न आनी चाहिए। इसका परिणाम यह होगा कि यदि काम सफल हुआ तो लोकहित होगा। यह तो प्रसन्नता की बात है परन्तु साधारण कर्म करने पर भी जैसा कि सामान्य मनुष्य को गर्व और हर्ष की अनुभूति होती है वह कर्मयोगी को नहीं होगी। और यदि सफलता हुई तो वैयक्तिक स्तर पर विषाद भी न होगा। यह कर्म लोकहित की दृष्टि से करणीय है। इसको करना मेरा कर्त्तव्य है। इस भावना से कर्म में हाथ डाला जायगा। इस सम्बन्ध में श्रीकृष्ण ने यह उपदेश दिया है :

कर्मण्येवाधिकारस्ते, मा फलेषु कदाचन।
मा कर्मफलहेतुर्भूः, मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ॥

तुमको कर्म करने मात्र का अधिकार है, फलों का अन्वेषण करने का नहीं। न तो कर्मफल के पीछे पड़ना है और न कर्म का त्याग करना चाहिए। यदि कोई कृषक बीज डालने के बाद उसको दूसरे चौथे खोदकर देखता रहे कि बीज में जड़ निकली या नहीं और जड़ पुष्ट हो रही है या नहीं तथा उस बीज से अच्छे फल होने की सम्भावना है या नहीं तो उसको फल तो बहुत दूर की बात है वृक्ष के भी दर्शन नहीं होगे। बीज भूमि में डाला जाता है। उसकी सिंचाई की जाती है और खाद देते हैं, फिर इस भरोसे पर बैठ जाते हैं कि प्राकृतिक नियम अपना काम करेंगे और बीज से वृक्ष होगा और वृक्ष से फल मिलेगा। कर्मयोगी को भी ऋत और सत्य के भरोसे कर्म करना चाहिए। मैं कर्म करता हूं, दैवी नियम भी काम करेंगे ही। आजकल ऋत और सत्य का व्यवहार में प्रायः एक ही अर्थ हो गया है। ऋत भी सत्य का पर्याय हो गया है। वैदिक वाङ्मय में ऐसा नहीं था। ऋग्वेद में स्पष्ट लिखा है :

ऋतं च सत्यं चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत।

जब सृष्टि के आरम्भ मे हिरण्यगर्भ ने तप किया तो उस तप से ऋत और सत्य का जन्म हुआ। ऋत भौतिक नियमो के समुच्चय का नाम है, जिनका अध्ययन मुख्य रूप से भौतिक विज्ञान, रसायन, गणित इत्यादि शास्त्रो मे होता है। सत्य उन नियमो का नाम है जिनके अनुसार कर्मों के फल मिलते हैं। अमुक प्रकार के कर्म का अमुक प्रकार का फल मिलेगा ही, यह सत्य ऋत है। ऋत और सत्य के अनुसार यह जगत् चल रहा है।

इस प्रकार कर्म करने से एक और बड़ा लाभ होता है। जिन कृत्रिम दीवारो ने हमको सकीर्ण कोठरियो मे बन्द कर रखा है वह आपसे आप ध्वस्त होने लगती हैं। इस समय हमारा जीवन बहुत सी कल्पित पृथकताओ का समुच्चय है। मैं समझता हू कि मनुष्य होने के कारण मैं अन्य सब प्राणियो से पृथक् हू और मेरे हित उन सबों के हितों से पृथक् हैं। यदि कहीं मुझको ऐसा प्रतीत हुआ कि मनुष्यहितो पर कोई आघात पहुचने की सम्भावना है तो मैं अन्य समस्त प्राणियो के हितो पर प्रहार करने के लिए तैयार हो जाऊगा। फिर मनुष्य भी सब एक नही हैं। मजहब, रग, राष्ट्र, राजनीतिक दल आदि बातो ने उनको एक दूसरे से पृथक् कर रखा है। जिस कोटि या वर्ग से मेरा सम्बन्ध है वह सबसे श्रेष्ठ है और उसके हितो की सबके ऊपर प्राथमिकता है और आगे चलकर मेरा परिवार है और सबसे ऊपर स्वय मैं हू। मैं वह इकाई हू जो सबसे पृथक् है। जो अन्य सब इकाइयो का माप है। मैं स्पष्ट शब्दो मे न कहू परन्तु मुझको ऐसा लगता है कि सारा जगत् मेरे चारो ओर परिक्रमा करता है और मेरे हित के साधन के लिए अन्य सब की सृष्टि हुई है। विचार और अनुभव इन सब भेदभावो को तोड सकता है परन्तु इनका सबसे प्रबल शत्रु कर्मयोग है। कर्म, निष्काम कर्म, हमको दूसरो के निकट लाता है और निकट आने पर भेदभाव झीना पड जाता है। अपने और पराये की विषमतायें क्षीण होने लगती हैं और समतायें दृढता के साथ सामने आने लगती है।

मुमुक्षु भी मनुष्य ही होता है। प्रारम्भिक अवस्था मे उसमे और दूसरे मनुष्यो मे कम ही अन्तर होता है। उसकी चित्तवृत्ति अन्तर्मुख होती रहती है। वह इन्द्रियो के दमन का बराबर उपाय करता रहता है। फिर भी अपनी दुर्बलताओ पर विजय पाना बडा कठिन काम है। कभी कभी किसी के अभ्युदय को देखकर ईर्ष्या का भाव जाग उठता है। कभी किसी को ऐसा व्यवहार करते देख जो अपनी समझ मे अनुचित हो, क्रोध आ जाता है और उस क्रोध को दबाने पर तो बहुत देर तक अन्तर्दाह बना रहता है। इन सब बातो से चित्त को एकाग्र करने मे बाधा पडती है और जो प्रशान्तवाहिता अभीप्सित है वह

पतंजलि इस बात को समझते थे। उनकी यह इच्छा थी कि प्रत्येक अभ्यासी के दिल से विषाद दूर हो और तनाव दूर हो और उसके चित्त में ऐसा प्रसादगुण स्थापित हो जिसमें कि वह समाधि की ओर सहज ही झुक सके। इसीलिए उन्होंने अभ्यासी के लिए कर्म मार्ग का उपदेश दिया और संकेत से यह भी बतलाया है कि उसको किस प्रकार के कामों में प्रवृत्त होना चाहिए। उनके शब्द ये हैं :

मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणां सुखदुःखपुण्यापुण्यविषयेषु भावनातश्चित्तप्रसादनम्। (१,३३)

सुख, दुख, पुण्य, अपुण्य विषयों में क्रमशः मैत्री, करुणा, मुदिता और उपेक्षा की भावना करने से चित्त को प्रसाद प्राप्त होता है। मुझे इस बात का दुःख है कि इस सूत्र की यथार्थ रूप में मीमांसा नहीं की गयी। सारी बात इस पर निर्भर है कि सूत्र में भावना शब्द का क्या अर्थ है? भाष्यकार और दूसरे टीकाकारों ने भी भावना का अर्थ लिया है चित्त में सोचना। परन्तु मेरा ऐसा दृढ़ विश्वास है कि भगवान् भाष्यकार का अर्थ इतना ही नहीं था। वह इसके आगे भी सोचते थे। उन्होंने अपने सामने वही बात रखी थी जिसको श्रीकृष्ण ने अर्जुन से कहा था। वह साधक को निष्काम कर्म करने में प्रवृत्त करना चाहते थे। उनका भी यही विश्वास था कि :

उत्सीदेयुरिमे लोका न कुर्यां कर्म चेदहम्।

यह लोक उत्सन्न हो जायगा, इसमें उथल पुथल मच जायगा, यदि मैं कर्म न करूंगा।

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः।
स यत् प्रमाणं कुरुते, लोकस्तदनुवर्तते॥

श्रेष्ठ पुरुष जिस मार्ग पर चलते हैं दूसरे लोग भी उसी का अनुगमन करते हैं। वह जो लीक डाल जाता है उसी पर और लोग भी चलते हैं। यदि अच्छे लोग केवल चित्त में मैत्री आदि की बात सोचकर बैठे रहें तो दूसरे लोग भी ऐसा ही करेंगे और लोगों के सामने यह प्रसिद्ध करेंगे कि हम भी मैत्री आदि से प्रेरित हैं। तब केवल दम्भ को प्रोत्साहन मिलेगा।

सुख के विषय में मैत्री की भावना रखने का तात्पर्य केवल इतना नहीं हो सकता था कि मन से मनाया जाय कि लोग सुखी रहें। आज लाखों मनुष्य इस श्लोक का पाठ करते हैं :

सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद् दुःखभाग्भवेत्॥

सब लोग सुखी रहें। सब लोग निरोग रहे। सब लोगो का कल्याण हो, कोई दुःखी न हो। श्लोक पढ़ते हैं और पाठ समाप्त करके राग, द्वेष से प्रेरित होकर कलह और द्वेषमय काम मे रत हो जाते हैं। सूत्रकार का अर्थ यह है कि इस बात के लिए सक्रिय प्रयत्न किया जाय कि ससार म सुख की वृद्धि हो। जो व्यक्ति निरन्तर ऐसे प्रयत्न मे लगा रहता है वही चित्त से भी दूसरा का भला चाह सकता है। करुणा के सम्बन्ध मे भी यही बात कही जा सकती है। कोई दुःखी न हो इतना सोच लेना पर्याप्त नही है। सडक पर कोई रोगी या कोढ़ी पडा होता है। अपने को धर्मात्मा मानने वाले तो सडक से निकल जाते हैं और मुंह से शिव शिव कहकर करुणा धर्म का पालन कर लेते हैं। कोई डोम या भगी गिरकर चोट खा गया है, धर्मात्मा लोग उसे छूने नही परन्तु उनके हृदय मे करुणा का समुद्र इस प्रकार उद्वेलित होता रहता है कि चीटियो को नित्य प्रति आटा या शक्कर बाटते हैं, यह करुणा नही है। जब तक सक्रिय प्रयत्न न किया जाय, दूसरे के दुःख को टालने के लिए अपने को कष्ट मे न डाला जाय तब तक करुणा का नाम लेना आत्मवचना और प्रवचना है। ऐसे ही आचरण को दम्भ कहते हैं।

रन्तिदेव ने कहा था

कामये दुःखतप्तानां, प्राणिनामार्तिनाशनम्।

मैं यह चाहता हू कि ससार मे जो भी दुःखी प्राणी हैं उनके कष्ट को दूर कर सकू। उनकी यह भावना सच्ची थी क्योकि इस बात को कहने के थोडी ही देर पहले वह दूसरो के लिए प्राणोत्सर्ग कर चुका था। ऐसा कहा जाता है कि देवगण भी करुणा से प्रेरित होकर ही विश्व का सचालन करते हैं। बहुत ऊचे तपस्वी और योगी ही इन्द्रादि आजान देवो के पद को ग्रहण करते हैं। वह इतर जीवो पर दया करके ही समाधि सुख का सुख नहीं भोगते। हाथ पकड कर उसी पथ पर जीवो को आगे बढ़ाते हैं, जैसे बडा भाई छोटे भाई को। बौद्ध विद्वान् ऐसा मानते हैं कि जो कोई प्राणी समाधि के उच्चतम स्तर तक पहुच जाता है तो यह उसकी इच्छा पर है कि निर्वाण मे प्रवेश कर जाय। परन्तु कुछ महापुरुष जीवो पर दया करके ऐसा नही करते, वरन् एक शरीर और धारण करते है और मानव शरीर के जो सुख दुःख हैं उनको एक बार और झेलते हैं। ऐसे महापुरुषो को बोधिसत्त्व कहते है। यह लोग अपनी इच्छा से ग्रहण किये हुए शरीर मे बुद्ध कहलाते हैं।

मुदिता को भी सक्रिय होना चाहिए। लोग पुण्य करें इतना सोचना मात्र पर्याप्त नहीं है। संसार में पुण्य के विचारों को फैलाना भी आवश्यक है। इसी भावना से प्रेरित होकर साधु महात्मा धर्म का प्रवचन करते हैं। अच्छे लोग जानते हैं कि मनुष्य सामान्यतः प्रलोभनों को देखकर फिसल पड़ता है। उसको पदे पदे सम्भालना पड़ता है।

अन्त में उपेक्षा का नाम आया है। इसके सम्बन्ध में स्यात् सबसे अधिक भूल हुई है। उपेक्षा का अर्थ हुआ उदासीनता। जो अपुण्य करने वाले हैं अर्थात् जो पाप में रत हैं, जो दुश्चरित्र हैं, उनके कामों की ओर से आंख बन्द कर लेना।

मेरा ऐसा दृढ़विश्वास है कि धर्मशास्त्र के आचार्यो ने कहा है कि दुष्कर्म केवल कृत ही नहीं प्रत्युत कारित और अनुमोदित भी होता है। बुरा काम बुरा है चाहे उसे मैं स्वयं करूं चाहे किसी दूसरे से कराऊं और चाहे उसको होते देखकर चुप रह जाऊं। जो मनुष्य किसी धर्मस्थान को नष्ट होते चुपचाप देखता रहता है, किसी स्त्री के अपमान को रोकने का प्रयत्न नहीं करता, किसी दुष्ट राजा के प्रजापीड़न के कामों की ओर से उदासीन हो जाता है, वह कदापि योग का अधिकारी नहीं हो सकता। अपने चित्त में वह चाहे अपुण्य को बुरा समझे, पर जो अपुण्य को बुरा समझता है उसको उसे दूर करने का प्रयास भी करना चाहिए, चाहे इस प्रयास का जो कुछ भी मूल्य देना पड़े।

उपेक्षा शब्द कहने का यह अर्थ नहीं है कि सच और झूठ, न्याय और अन्याय, दोनों में समबुद्धि रखना आवश्यक है। यह शब्द तो एक विशेष अर्थ में प्रयुक्त हुआ है। किसी ने कहा है कि हमको पाप से द्वेष होना चाहिए परन्तु पापी से प्रेम। उपेक्षा शब्द के भीतर यही उपदेश निहित है। कुमार्गगामी का विरोध करना ही होगा, परन्तु विरोध करने में उससे द्वेष-भाव न होना चाहिए। भाव यह होना चाहिए कि संसार का कल्याण हो और इसके साथ ही उसका भी सुधार हो।

इन चारों उपदेशों के द्वारा पतंजलि ने योगाभ्यासी के लिए पूरी आचारसंहिता बना दी है। इनके पालन करने वाले को निश्चय ही चित्त प्रसाद प्राप्त होगा और उसका चित्त सहज ही एकाग्रता की ओर झुकेगा।

अध्याय १०

वैराग्य

वैराग्य के सम्बन्ध में पतंजलि ने कहा है :

दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम्। (१,१५)

दृष्ट और आनुश्रविक विषयों के प्रति वितृष्णा की वशीकार भावना को वैरा[ग्य] कहते हैं। वैराग्य का अर्थ है राग अर्थात् आसक्ति खिंचाव का अभाव। इसके चार [भेद] हैं या यों कहना चाहिए कि चार स्तर हैं। सबसे नीचे के स्तर का नाम यतमान है, उसके ऊपर क्रमश व्यतिरेक, एकेन्द्रिय और वशीकार आते हैं।

यतमान का अर्थ ही है यत्न करता हुआ। इन्द्रियो के विषयों मे जो दोष [हैं] उनके ऊपर बराबर चिन्तन करके इन्द्रियो को तथा चित्त को उनकी ओर से हटाने [के] प्रयत्न को यतमान कहते हैं। यह यतमान जब आगे बढकर सफलता प्राप्त करता है तो उसको व्यतिरेक कहते हैं और इसी का विकसित रूप एकेन्द्रिय है। जब देखने में चित्त विषयो से हट गया हो, इन्द्रियां खींचकर विषयों की प्राप्ति की ओर प्रवृत्त करने मे असमर्थ देख पड़ें परन्तु फिर भी भीतर मे झुकाव बना हो और विषयो के सान्निध्य मे स्खलित हो जाने की सम्भावना वर्तमान हो उसको एकेन्द्रिय कहते हैं। प्रयत्न की पूर्ण सफलता का नाम वशीकार है।

इस अवस्था को वशीकार नाम इसलिए दिया गया है कि यहा पहुंचकर साधक को स्वय ऐसी प्रतीति होने लगती है कि यह विषय मुझे अपनी ओर खीच नहीं सकते, अब मैं यह खेल बहुत देख चुका। विषयो को दो विभागो मे वर्गीकृत किया गया है' एक तो वह विषय जो दृश्य हैं अर्थात् जो इस लोक मे इस शरीर से भोगे जा सकते हैं और दूसरे वह जो आनुश्रविक हैं, जो इस लोक मे प्राय' नहीं देखे जाते परन्तु जिनके सम्बन्ध में अनुश्रुति से ज्ञान होता है। इस विभाग मे देवलोक आदि मे भोग्य आनन्द तथा योगजन्य सिद्धियों की गणना होती है। इन सब से जब पूर्ण रूप से वितृष्ण हो जाय तब वैराग्य पूर्ण होता है।

ज्यों ज्यों अभ्यास में सफलता होती है त्यों त्यों वैराग्य पूर्ण होता है और ज्यों ज्यों वैराग्य दृढ़ होता है त्यों त्यों अभ्यास में सफलता प्राप्त होती है।

विषयों के प्रति मनुष्य में जो राग है वह अपने को अनेक रूपों में प्रकट करता है। प्रत्यक्ष रूपों को दवाना अपेक्षतया सुकर है। परन्तु केवल भोग का अभाव ही वैराग्य का प्रमाण नहीं है। हठात् अपने को भोगों से दूर रखा जा सकता है। परन्तु राग तो हृदय के भीतर होता है। उसका स्थान तो वुद्धि है। उसको वहां से निकालना वड़ा कठिन है और वह कई रूपों में अपने को व्यक्त करता है जिनका प्रायः दूसरों को पता भी नहीं चलता। एक रूप तो स्वप्न है। वहुत से ऐसे स्वप्न हैं जिनको वासना सूचक संज्ञा दी जा सकती है। जो वासनायें और लिप्सायें वुद्धि में कहीं दवी पड़ी रहती है, जिनका मनुष्य को कभी स्वयं पता भी नहीं होता, वह स्वप्न में प्रकट हो जाती हैं और उस अवस्था में मनुष्य ऐसे ऐसे काम कर वैठता है जिनको पीछे सोचकर उसको आश्चर्य होता है और अपने ऊपर ग्लानि होती है। कभी कभी चित्त की दुर्वलता पर-वंचना, दूसरों को धोखा देने, का साधन वन जाती है। परन्तु इसके पहिले आत्म वंचना होती है। व्यक्ति स्वयं अपने को धोखा दे लेता है। यह वात कुछ लोगों के व्यवहार पर ध्यान देने से देखी जा सकती है। उदाहरण के लिए, कोई कोई मनुष्य ऐसे होते हैं कि उन्हें धन की वड़ी चाह होती है परन्तु किसी कारण से धन की प्राप्ति नहीं हो सकती या किसी ऐसी स्थिति में हैं जिसमें धन का संग्रह नहीं कर सकते। इसके साथ अपने चित्त से धन का मोह निकाल नहीं सकते। प्रायः ऐसा देखा जाता है कि ऐसा मनुष्य वहुधा धन की निन्दा किया करता है। मैं धन की परवाह नहीं करता, लखपतियों, करोड़पतियों की परवाह नहीं करता, इस प्रकार के वाक्य उसके मुंह से निकलते रहते हैं और इसी वहाने लाख करोड़ का चर्चा होता रहता है। वस्तुतः यह वैराग्य नहीं है। निन्दा के रूप में धन की स्तुति हो रही है। इसी प्रकार कुछ लोग ऐसे मिलेंगे जो किन्हीं कारणों से गृहस्थ जैसा जीवन नहीं विता सकते परन्तु जिनमें कामासक्ति प्रवल है उनके मुंह से और लेखनी से स्त्रियों की निन्दा निकला करती है। स्त्रियों की निन्दा करते हैं और निन्दा करने में स्त्रियों के शरीर के नखशिख का वर्णन कर जाते हैं। यह भी वैराग्य नहीं है, अपनी दुर्वलता का ज्ञापन है। यह इस वात का प्रमाण है कि स्त्री और स्त्री शरीर उनके निरन्तर विचार का विषय है। एक कवि की प्रसिद्ध रचना है :

संसार तव निस्तार, पदवो न दवीयसी ।
अन्तरा दुस्तरा न स्यु, यदि रे मदिरेक्षणाः ॥

हे संसार, तुझको पार कर जाना कठिन वात न होती यदि वीच में वाधा डालने वाली मदिरा जैसी मस्त आंखों वाली स्त्रियां न होतीं।

ऐसी बात वही व्यक्ति कह सकता है जो निरन्तर स्त्रियों की बात सोचता रहता है। दूसरे साधकों को कभी ऐसी अनुभूति नहीं होती और फिर इस प्रश्न का क्या उत्तर होगा कि स्त्रियों के मार्ग में कौन बाधा डालता है?

वैराग्य का बहुत बड़ा साधन यह है कि चित्त को इन्द्रियों के विषयों की ओर से हटाकर दूसरी बातों में लगाया जाय। ज्यों ज्यों चित्त निष्काम कर्मों में लगता है और योगाभ्यास के द्वारा ऊर्ध्व लोकों में चढ़ाया जाता है त्यों त्यों इन्द्रियविषयों की ओर से आपसे आप प्रवृत्ति हटती जाती है। उनमें रस नहीं रह जाता। उनके भोग में जिस आनन्द की प्राप्ति हो सकती है उससे कई गुना अधिक आनन्द अभ्यास के द्वारा प्राप्त होता है।

यदि मनुष्य को इस बात का विश्वास हो जाय कि संसार में भोग के पीछे दौड़ना दुःख मोल लेना है तो स्वतः उसकी उस ओर से विरक्ति हो जाय। इस सम्बन्ध में पतञ्जलि का निम्नलिखित वाक्य बहुत ही महत्त्वपूर्ण है :

परिणामतापसंस्कारदुःखैर्गुणवृत्तिविरोधाच्च सर्वं दुःखमेव विवेकिनः। (२,१५)

परिणाम ताप और संस्कार दुःखों के कारण तथा गुण और वृत्ति के विरोध के कारण विवेकी पुरुष के लिए सब दुःख ही है।

इन्द्रियों के विषयों का उपभोग तो अच्छा लगता है। इसलिए मनुष्य उधर खिंचकर जाता है। इस बात को भी भूल जाता है कि भोगों के पीछे पड़ने में वह अपनी मानवोचित मर्यादा को छोड़कर पशुओं की कोटि में गिरता है। परन्तु जहाँ विषयों के उपभोग में सुख मिलता है वहाँ उनके साथ अनेक दुःख भी लगे हुए हैं। पहला तो परिणाम दुःख है। भोग शरीर को क्षीण करता है और बुद्धि को नीचे स्तर के कामों में लगाकर उसको अच्छे कामों में लगने से रोकता है। जैसे किसी कवि ने कहा है :

भोगा न भुक्ता वयमेव भुक्ताः।

भोग तो नहीं भोगे गये हम ही भोगे गये। भोग शरीर और संकल्प को दुर्बल बनाकर छोड़ जाता है। इतना ही नहीं, कभी कभी भोग के पीछे बहुत से शत्रु बन जाते हैं। भोग तो आया और गया परन्तु यह परिणाम यावत् जीवन रहता है। कभी कभी भोग काल में ही भीतर भीतर कोई चिन्ता सताती रहती है। भोग के पीछे पश्चात्ताप भी होता है। भोक्ता के चित्त पर कभी कभी स्थायी संस्कार पड़ जाते हैं और फिर मनुष्य का चित्त सदा एक सा नहीं रहता। कभी सत्त्वगुण, कभी

रजोगुण और कभी तमोगुण का उत्कर्ष होता है। यों तो तीनों गुण सदा एक साथ रहने वाले हैं परन्तु सब के सब एक साथ और एक ही समय में प्रायः कम ही उद्दीप्त होते हैं। कोई गुण प्रसुप्त, सोया सा, देख पड़ता है। कभी जागा तो बहुत हल्के रूप में। यदि उसकी तीव्रता बढ़ी तब भी ऐसा हो सकता है कि उसके और साथ साथ और गुण भी उस समय रहें। और कभी वह अन्य सब गुणों को दबाकर चित्त पर छा जाता है। गुणों की इन चार अवस्थाओं को प्रसुप्त, तनु, विच्छिन्न और उदार कहते हैं। जो गुण एक समय में उदार है दूसरे समय में प्रसुप्त हो सकता है। ऐसी अवस्था में चित्त की वृत्ति सदैव एक सी नहीं रह सकती। फलतः जो वस्तु एक समय आकर्षक लगेगी वही दूसरे समय बुरी लगने लगेगी। अच्छी अच्छी भोग सामग्री से भी चित्त उचट जाता है। इसी को गुण वृत्ति विरोध कहते हैं। बहुत परिश्रम करके संग्रह किये हुए भोग से भी चित्त खिन्न हो सकता है। इन सब बातों को यदि ध्यान में रखा जाय तो किसी भी भोग में सुख की अपेक्षा दुःख की मात्रा कहीं अधिक होगी। इसीलिए कहा है कि विवेकशील पुरुष के लिए सब कुछ दुःखमय है। सब लोगों को विषयों में दुःख की अनुभूति क्यों नहीं होती, इसके सम्बन्ध में भाष्यकार व्यास ने एक बड़ा सुन्दर उदाहरण दिया है। मकड़ी का जाला बड़ा नरम होता है। वह शरीर में कहीं भी स्पर्श कराया जाय तो पता भी न लगेगा। परन्तु यदि आंख की पुतली से छू जाय तो उसके रुक्षपन का पता लग जायगा और वह गड़ने लगेगी। निर्मल आंख के परदे के लिए मकड़ी का सूक्ष्म जाला भी रुक्ष होता है। इसी प्रकार विवेकशील मनुष्य को वह बातें भी दुःखमय प्रतीत होती हैं जो दूसरे मनुष्यों के लिए सुखमय हैं। सुख के सम्बन्ध में किसी ने कहा है :

स्कंधात् स्कंधं नयन् भारम्
विश्रामं मन्यते यथा।
दुःखाद् दुखान्तरम् तद्वत्,
सुखं मत्वाऽनुभूयते ॥

किसी मनुष्य पर बहुत बोझ लदा हो तो जैसे उसे एक कन्धे से दूसरे कन्धे पर रख लेने से उसको विश्राम की अनुभूति होता है यद्यपि बोझ में कोई कमी नहीं होती इसी प्रकार एक दुःख से दूसरे दुःख पर जाने में सुख की अनुभूति होती है। पूर्ववर्ती दुःख के स्थान पर परवर्ती दुःख सुख जैसा लगता है।

यद्यपि यह सर्वथा सत्य है कि :

न जातु कामः कामानामुपभोगेन शाम्यति।
हविषा कृष्णवर्त्मेव, भूय एवाभिवर्धते ॥

आग मे चाहे हवन की कितनी भी सामग्री डाली जाय आग की तृप्ति नही होती वह और उद्दीप्त हो जाती है, उसी प्रकार भोग जितने भी भोगे जाय भोगेच्छा की तृप्ति नही होती। वह और बढती ही जाती है।

परन्तु कभी कभी ऐसा भी होता है कि किसी छोटी सी बात के पीछे चित्त से लडने के स्थान मे इच्छा की पूर्ति कर देना अधिक लाभदायक होता है। शिष्य को गुरु मुख से ही इस बात का ज्ञान होगा कि किन वस्तुओ मे भोगेच्छा को तृप्त होने देना वैध है।

अध्याय ११

योग के अंग—यम

योगशास्त्र के आचार्यों ने भी आयुर्वेद की प्रणाली को अपनाया है। वैद्यक ग्रन्थों में रोग के सम्बन्ध में चार बातों को जानना आवश्यक माना है। पहली बात तो रोग है। रोग के लक्षणों का ज्ञान होना चाहिए। यदि कोई व्यक्ति अपने में रोग का लक्षण पाता ही नहीं तो फिर उसके उपचार का नाम लेना व्यर्थ है। इसके बाद दूसरी बात है रोग के कारणों का निदान। जब तक रोग के गुप्त से गुप्त कारणों की जानकारी न प्राप्त कर ली जाय तब तक उसका उपचार नहीं हो सकता। तीसरी बात है रोग से मुक्ति का स्वरूप। यह जान लेना परमावश्यक है कि रोग से छुटकारा पाने पर उस व्यक्ति की क्या अवस्था होगी जो अब तक रोगी था। और फिर अन्तिम बात यह है कि रोग को दूर करने का साधन क्या है, योग का यह चतुर्व्यूह है। योग के आचार्यों का यह कहना है कि इसी प्रकार की चार बातें उस शास्त्र के सम्बन्ध में भी ज्ञातव्य हैं जिनको वह हेय, हेयहेतु, हान अर्थात् हेयनाश और हानोपाय अर्थात् हेयनाश साधन कहते हैं। जो मुमुक्षु है वह इस बात को समझता है कि बारंबार जन्म लेना और मरना और प्रत्येक शरीर में प्रायः एक हो प्रकार से जीवन बिताना, अशक्त, छोटा और इस जगत् के रहस्यों से अनभिज्ञ होना, यह सबसे बड़ा हेय है। इसको ही दूर करना है। इस हेय के तात्कालिक कारण तो अनेक हो सकते हैं परन्तु उन सब कारणों का मूल अविद्या है। अविद्या के कारण वह अपने को जीव तथा ब्रह्म से भिन्न पदार्थ समझता है। हेय का यही प्रधान हेतु है। इस हेतु रूपी अविद्या के दूर होने पर आत्मसाक्षात्कार हो जाता है अर्थात् द्रष्टा अपने स्वरूप में स्थित हो जाता है। यही हेय हान है और इस हेय हान का प्रधान, प्रधान ही क्या, एकमात्र साधन वह ज्ञान है जो योग के द्वारा उत्पन्न होता है। इसीलिए वह योग की ओर प्रवृत्त होता है।

युक्त व्यवहार

यह कहने की आवश्यकता नहीं है कि गुरु के सत्संग से अनेक बातों का ज्ञान अनायास ही हो जाता है। उनके मुख से यदाकदा निकली हुई बात भी आदेश का

काम करती है। उदाहरण के लिए, खाने पीने के सम्बन्ध में कई ऐसी बातें हैं जिन पर योगी को ध्यान रखना पड़ता है। सत्संग में बैठने वाले को उनका ज्ञान सहज में ही हो जाता है। इन नियमों को श्रीकृष्ण ने गीता में भी खोलकर बतलाया है। एक ओर तो उन्होंने यह कहा है कि जो सात्त्विक आहार है उसे ही खाना चाहिए :

आयुःसत्त्वबलारोग्य, सुखप्रीति विवर्धनाः।
रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृद्या, आहाराः सात्त्विकप्रियाः॥

और दूसरी ओर यह भी कहा है कि राजसिक और तामसिक भोजन नहीं करना चाहिए। उनके लक्षण यों बतलाये हैं :

कट्वम्ललवणात्युष्ण, तीक्ष्णरूक्षविदाहिनः।
आहारा राजसस्येष्टा, दुःखशोकामयप्रदाः॥
यातयामं गतरस, पूति पर्युषितं च यत्।
उच्छिष्टमपि चामेध्य, भोजनं तामसप्रियम्॥

थोड़े में, ऐसा भोजन करना चाहिए जो आयु, बुद्धि, आरोग्य को बढ़ाने वाला हो। घी और दूध से युक्त हो, खाने में सुस्वादु हो और इसके साथ ही, मांस, मदिरा, या अन्य मादक वस्तु, कड़ुवा, खट्टा, बहुत नमकीन, तीखा, रूखा, बासी, जूठा, तीता, ऐसे भोजनों से दूर रहना चाहिए। परन्तु एक बात सदैव ध्यान में रखने की है आचार को अतिआचार बनाने से कोई लाभ नहीं। इस देश में ऐसे भी लोग हैं जो मांस खाते हैं लेकिन प्याज या लहसुन जैसी चीज नहीं छूते। प्याज या लहसुन उत्तेजक वस्तुएँ हैं। उनका सेवन सामान्यतः नहीं करना चाहिए परन्तु यह मांस से बुरी नहीं हो सकती। इन सब बातों के सम्बन्ध में श्रीकृष्ण का बतलाया हुआ यह नियम बहुत उपयोगी है :

युक्ताहारविहारस्य, युक्त चेष्टस्य कर्मसु।
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा॥

जो मनुष्य आहार और विहार में युक्त है, श्रम करने न करने में युक्त है, सोने और जागने में युक्त है, उसके दुःखों को योग नाश कर देता है। युक्त से उनका तात्पर्य ऐसे व्यक्ति से है जो अति नहीं करता वरन् मध्यम मार्ग का सेवन करता है।

संगीत का महत्त्व

एक परामर्श मैं अपनी ओर से देना चाहता हूं। यह सम्भवतः योग की अन्य पुस्तकों में इस रूप में न मिलेगा। मेरा ऐसा विश्वास है कि प्रायः सभी योगाभ्यासी साधु महात्मा संगीत के प्रेमी होते हैं। उनके सत्संग में किसी न किसी रूप में शास्त्रीय संगीत का चर्चा अवश्य होता है और उनके दरवार में बैठने वाला व्यक्ति यदि पहले से संगीत का प्रेमी न भी रहा हो तो उसको क्रमशः संगीत में रस आने लगता है। कम से कम मेरा ऐसा विश्वास है कि आध्यात्मिक जीवन में अच्छे संगीत से वड़ी सहायता मिलती है। याज्ञवल्क्य स्मृति के ये शब्द मेरी समझ में सत्य को व्यक्त करते हैं :

वीणावादनतत्त्वज्ञः, श्रुतिजातिविशारदः।
तालज्ञश्चाप्रयासेन, मोक्षमार्गं नियच्छति॥

जो मनुष्य वीणा वजाने की विद्या जानता है, श्रुति और जाति का भेद पहिचानता है, और ताल के तत्त्व से परिचित है, वह विना प्रयास के ही मोक्ष मार्ग को प्राप्त कर लेता है।

मंत्रों का जप

इस वीच में सम्भव है साधक को उसके गुरु ने चित्त शुद्धि के लिए किसी मंत्र के जप का अभ्यास कराया हो। मंत्र के जपसे चित्त में एकाग्रता लानेमें सहायता मिलती है। खेद की वात यह है कि लोक में मंत्रों के जप का रिवाज तो वहुत है परन्तु यह काम विधिपूर्वक नहीं होता। मंत्र अनेक प्रकार के होते हैं। विशेषतः वैदिक मंत्रों में तो केवल मंत्रों के व्याकरण और कोश द्वारा प्राप्त अर्थ से ही काम नहीं चलता। परन्तु शुद्ध उच्चारण का वहुत वड़ा महत्त्व है। ऐसा कहा जाता है कि मंत्र के उच्चारण में यदि वर्ण या स्वर का कोई दोष आ जाय तो वह मंत्र घातक हो जाता है। परन्तु आजकल जिस प्रकार मंत्र जप की दीक्षा दी जाती है उसमें तो इस वात का सर्वथा उल्लंघन होता है। यदि मंत्र का उपदेश देने वाला ही उच्चारण नहीं जानता तो शिष्य को क्या उपदेश देगा? जहां तक अर्थ की वात है उसकी ओर भी कोई ध्यान नहीं दिया जाता। गायत्री मंत्र स्पष्ट शब्दों में कहता है कि :

तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि।

(मैं देव सविता के उस श्रेष्ठ तेज का ध्यान करता हूं) परन्तु गायत्री जप करने वाले ध्यान नहीं किया करते। उनके लिए केवल संख्या प्रधान है। अमुक ने एक लाख

गायत्री का जप किया या दस लाख गायत्री का जप किया। यदि सचमुच ध्यान किया जाय तो इतनी बडी सख्या की आवश्यकता नही है। किसी सद्गुरु से दीक्षित व्यक्ति के लिए गायत्री या अन्य मत्रो का जप योग की महत्त्वपूर्ण सीढी है।

योग के आठ अंग

योग को अष्टाग कहा करते हैं, इसलिए कि उसके आठ अग माने जाते हैं यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि।

यम और नियम का अभ्यास वह दृढ पीठिका है जिसके ऊपर योग का दुर्ग खडा किया जा सकता है। मैं जानता हू कि बहुधा जिन गोष्ठियो मे योग का चर्चा होता है उनमे यम और नियम के नाम कम ही लिये जाते हैं। परन्तु प्राचीन आचार्यों की सम्मति मे इन दोनो अगो का स्थान अनिवार्य है।

यम

पतजलि ने पाच यम गिनाये हैं अहिंसा, सत्य, अस्तेय, अपरिग्रह और ब्रह्मचर्य। अहिंसा, सत्य और ब्रह्मचर्य के सम्बन्ध में बहुत बडा साहित्य भरा पडा है और साधारणत इन शब्दो के अर्थ को लोग जानते हैं। पिछली अर्द्धशती मे महात्मा गाधी ने उनके, विशेषत सत्य और अहिंसा के सम्बन्ध मे बहुत कुछ लिखा पढा है। इसलिए इस विषय मे बहुत विस्तार से लिखना अनावश्यक प्रतीत होता है। एक बात ध्यान मे रखने की है। इन सद्गुणो का अभ्यास करते समय भी बुद्धि से काम लेना होता है। जो मनुष्य आख बन्द करके लकीर का फकीर बनकर आचरण करता है वह ऐसे आचरण के फल से वचित रह जाता है। मनु का एक श्लोक है

सत्य ब्रूयात् प्रियं ब्रूयात्, न ब्रूयात् सत्यमप्रियम्।
प्रिय च नानृतम् ब्रूयात्, एष धर्म सनातन ॥

यह सनातन धर्म है कि सत्य बोले, परन्तु प्रिय सत्य बोले, अप्रिय सत्य न बोले और प्रिय होते हुए भी असत्य न बोले।

इस श्लोक के सम्बन्ध मे लोगो के मन मे बहुधा शका उठा करती है और मेरे मन म भी शका होती थी। प्रिय सत्य का क्या अर्थ है? अप्रिय सत्य क्यो न बोला जाय? परन्तु पीछे से यह बात समझ मे आयी कि जो सत्य लोक मे अहितकर है वह सत्य होते हुए भी वचनीय नही है। यदि मैंने किसी को किसी की निन्दा करते सुन लिया तो यह अच्छा नही है कि जिसकी निन्दा की गयी उसके सामने सब बातें दोहरा दू। मैं तो अपनी समझ में सच बोलने के पुण्य का भागी बनू और मेरे आचरण से चारो ओर कलह,

द्वेष और संघर्ष फैल जाय। मैंने प्रथम महायुद्ध के सम्बन्ध में एक घटना का वर्णन पढ़ा था। वैसा हुआ या नहीं, मैं नहीं जानता परन्तु वर्णन रोचक और शिक्षाप्रद था। फ्रांस के किसी गांव की दो स्त्रियों के लड़के लड़ाई में भर्ती हुए। उनमें से एक की माता बहुत रुग्णा हुई और उसकी दोनों आंखें चली गयीं। पर उसको बराबर यह आशा लगी हुई थी कि अब मेरा लड़का युद्ध से लौटता होगा। लड़का युद्ध में मारा गया परन्तु किसी ने उस वृद्धा को यह कुसमाचार देने का साहस नहीं किया। कुछ दिनों के बाद दूसरी स्त्री भी रुग्णा हुई। दोनों स्त्रियां अस्पताल के एक ही वार्ड में पास पास की चारपाइयों पर रखी गयीं। युद्ध बन्द हुआ और सिपाही छुट्टी लेकर घर लौटने लगे। जो वृद्धा अस्पताल में थी उसका लड़का भी आया। वार्ड के द्वार पर आते ही पैर की आहट सबसे पहले उस अन्धी स्त्री को लगी जिसका लड़का मर चुका था। वह बोल उठी, "आखिर मेरा लड़का आ गया। मैं जानती थी कि वह आने वाला है" और उसके चेहरे पर प्रसन्नता की आभा दौड़ गयी। सिपाही वार्ड के द्वार पर खड़ा हो गया। उसकी मां ने उसको देखा पर उससे उंगली से संकेत किया कि तुम इसके पास जाओ। लड़का भी समझ गया और वह उस अन्धी स्त्री के पास चला गया। उसने उसे गोद में ले लिया। उसका मुंह चूमने लगी और अपने लड़के के नाम से ही उसको पुकारने लगी। दो चार मिनट के भीतर उसका दुर्बल हृदय आनन्द के आघात को सह न सका और उसकी मृत्यु हो गयी। अब यह सोचने की बात है। यद्यपि सिपाही और उसकी माता ने असत्य आचरण किया परन्तु उस अन्धी वृद्धा के अन्तिम समय को उनके इस आचरण ने सुखमय बना दिया। उसको मरना तो था ही पर सुख से मरी। उनका ऐसा करना अच्छा था या बुरा इसके विषय में बहुत सा विवाद किया जा सकता है। परन्तु मैं समझता हूं कि मनु का आदेश ऐसे ही अवसर के लिए है और वह आदेश सत्य आचरण के विरुद्ध नहीं है। मेरी राय में इस स्थल पर मां और बेटे ने सर्वथा उचित व्यवहार किया।

महात्मा जी अहिंसा के परम पुजारी थे। परन्तु यह तो उन्होंने भी कहा कि कायर की अहिंसा से हिंसा अच्छी है। श्रीकृष्ण ने अर्जुन को अहिंसा में प्रवृत्त कराया था। यहां भी यही कहा जा सकता है कि हिंसा और अहिंसा का विवेचन परिस्थितियों पर तथा कर्ता के उद्देश्य पर निर्भर करता है। डाक्टर किसी के फोड़े पर शल्य क्रिया करना चाहता है और उस व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है। फिर भी डाक्टर को कोई हिंसा के लिए दोषी नहीं ठहरा सकता। शास्त्रों ने यती और गृहस्थ दोनों के लिए ब्रह्मचर्य के पृथक्, पृथक् नियम बतलाये हैं। जो व्यक्ति योग में प्रवृत्त होना चाहता है उसको ब्रह्मचर्य का पालन केवल शरीर से ही नहीं प्रत्युत मनसा भी करना ही होगा।

अस्तेय का अर्थ है चोरी न करना। यह सुनने मे बड़ी स्थूल सी बात है। परन्तु इस प्रसग मे अस्तेय का अर्थ है दूसरे के धन को लेने की इ करना।

अपरिग्रह का अर्थ है धन का सग्रह न करना। जो व्यक्ति भिक्षा वृत्ति से का पालन करता है उसकी तो बात दूसरी है, परन्तु जो गृहस्थाश्रमी है उसको त चाहिये ही। इस सम्बन्ध का जो समीचीन सिद्धान्त है वह कबीर के इस दोहे से होता है :

साईं एता दीजिये, जामें कुटुम समाय।
मैं भी भूखा न रहूं, साधु न भूखा जाय॥

आचार के लिए यह जो शैली बतायी गई है वह गृही और सन्यासी दोनो के लिए समान रूप से लागू है।

याज्ञवल्क्य ने अपनी स्मृति मे कहा है :

न्यायागतधनः सत्त्वज्ञाननिष्ठोऽतिथिप्रियः।
श्राद्धकृत् सत्यवादी च, गृहस्थोऽपि हि मुच्यते॥

अर्थात् न्याय से प्राप्त धन से जीवन को बिताने वाला, तत्त्वज्ञाननिष्ठ, अ थियो की सेवा करने वाला, श्रद्धा कर्त्ता और सत्यवादी गृहस्थ भी मोक्ष को प्र होता है।

योग के कुछ ग्रन्थो मे पाच के स्थान पर दस यम बताये गये हैं। उदाहरण लिए गोरक्ष ने कहा है .

अहिसा सत्यमस्तेयं, ब्रह्मचर्यं दयार्जवम्।
क्षमा धृतिर्मिताहार., शौच चेति यमा दश॥

अर्थात् अहिसा, सत्य, ब्रह्मचर्य, दया, आर्जव क्षमा, धृति, मिताहार, शौ ये दस यम हैं।

यम शब्द का व्यवहार न करते हुए ऐसे ही प्रसग मे योगी याज्ञवल्क्य ने अ स्मृति मे इन नौ बातो का चर्चा किया है '

अहिसा सत्यमस्तेय, शौचमिन्द्रियनिग्रहः।
दानं दया दमः शान्ति, सर्वेषां धर्म्मसाधनम्॥

अर्थात् अहिंसा, सत्य, अस्तेय, शौच, इन्द्रिय निग्रह, दान, दया, दम, चित्त की ृत्तियों का दमन करना और शान्ति सभी लोगों के लिए धर्म के साधन हैं।

यमों के सम्बन्ध में पतंजलि का यह स्पष्ट आदेश है :

जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः सार्वभौमा महाव्रतम्। (२,३१)

यह यम जाति, देश, काल और समय से अनवच्छिन्न सार्वभौम महाव्रत हैं। कोई मनुष्य अपने मन में यह निश्चय करता है कि मैं ब्राह्मणों के साथ या भारतीयों के साथ तो अहिंसा का पालन करूंगा, अन्यत्र मेरे जी में जैसा आयेगा वैसा आचरण करूंगा, या कोई मछुवाहा यह तय कर लेता है कि मैं मछली को तो मारूंगा अन्य जीव को नहीं, तो इन दोनों अवस्थाओं में अहिंसा के नियम को जाति से अवच्छिन्न कर दिया गया। अतः यह सच्चे अर्थों में अहिंसा नहीं है। इसी प्रकार यह निश्चय करना कि मैं तीर्थ स्थान में जीव वध नहीं करूंगा या एकादशी के दिन या प्रदोष के समय या शिवरात्रि में असत्य नहीं बोलूंगा, सत्य और अहिंसा को देश तथा काल से अवच्छिन्न करना हुआ। यह भी उनका यथार्थ पालन नहीं है। आजकल व्यवहार में समय का प्रायः वही अर्थ हो गया है जो काल का है। परन्तु संस्कृत में समय का अर्थ है समझौता। दो व्यक्ति यदि किसी कागज पर व्यापार आदि के सम्बन्ध आपस के व्यवहारके लिए कुछ बातें निश्चय करते हैं तो उस कागज को समय पत्र कहा जाता है। बिना समय पत्र के लिखे भी समय हो सकता है। यदि कोई ऐसा निश्चय करता है कि जो मेरे साथ ईमानदारी से बर्ताव करेगा मैं भी उसके साथ वैसा ही आचरण करूंगा तो यह सत्य को समय से अवच्छिन्न करना हुआ। यह भी सत्य का समुचित पालन नहीं है। कहने का तात्पर्य यह है कि सत्य आदि पांच यमों का बिना किसी शर्त के हर अवस्था में पालन करना चाहिए। उनके लिए दो विशेषण और प्रयुक्त हुए हैं। एक तो सार्वभौम और दूसरा महाव्रत। सार्वभौम का अर्थ यह है कि उनका पालन किसी संम्प्रदाय, राष्ट्र या देश विशेष के लोगों के लिए नहीं है, प्रत्युत मनुष्य मात्र का कर्तव्य है। जो लोग ब्राह्मण आदि ऊंचे वर्णों के माने जाते हैं वह उनका पालन करें या उनका पालना करना विद्वानों के लिए ही अनिवार्य हो, ऐसा नहीं है। स्त्री पुरुष, ब्राह्मण और शुद्र, पंडित और अशिक्षित, यम सब के लिए हैं। तथा इसके साथ ही महाव्रत हैं। इसका तात्पर्य यह है कि चाहे और व्रत या नियम माने जायं या नहीं परन्तु इनका पालन करना अनिवार्य और सर्वोपरि है।

अध्याय १२

योग के अंग—नियम—भक्तियोग

यमो के बाद नियमो का स्थान आता है। कई दृष्टियो से नियमो का महत्व कम नही है परन्तु ऐसा प्रतीत होता है कि उनके सम्बन्ध म वह अनिवार्यता नहीं है जो यमो के लिए मानी गयी है। इसीलिए उनको यमो से कुछ हीन स्थान दिया गया है। पतजलि ने नियमो की सख्या भी पाच बतायी है शौच, सन्तोष, तप स्वाध्याय, और ईश्वर प्रणिधान। नाम से प्रथम चार शब्द तो प्राय सब को परिचित हैं।

शौच

शौच का अर्थ स्वच्छता होता है। स्वच्छता अच्छी चीज़ है इसमे कोई सन्देह नही परन्तु इस विषय मे अति आचार की भी बहुत सम्भावना है। शौच के नाम पर ऐसा आचरण किया जा सकता है जिसकी गणना दम्भ मे हो सकती है किसी पुराण में एक कथा है कि एक बार ब्रह्मा जी के पास यह शिकायत गई कि आजकल धर्म का आचरण इतना बढ़ गया है कि कोई दुराचार करता ही नही और यम लोक प्राय खाली पडा हुआ है। वह थोडी देर ध्यान मग्न रहे। इसके बाद जब उन्होने आख खोली तो अपने सामने एक बालक को देखा ब्रह्मचारी के वेष और हाथ मे कुश और जलपात्र लिए हुए। ब्रह्मा को बालक प्यारा लगा। उन्होने उसे अपनी गोद म आकर बैठने को कहा। उसने मत्र पढकर कुश से उनके शरीर पर जल छिडकना आरम्भ किया। उन्होने कहा यह क्या? उसने कहा आपका शरीर अपवित्र है उसको पवित्र करता हूं। ब्रह्मा जी ने कहा कि ठीक है आज से तुम्हारा नाम दम्भ हुआ। अब तुम्हारे सहारे यम लोक बहुत जल्दी भर जायगा। दम्भ स प्रेरित होकर शौच का आचरण करना पागलपन का नाटक है जिसके फलस्वरूप दूसरो के मन मे द्वेष भाव और अपने मन मे अभिमान का भाव उत्पन्न होता है। अतिशौची सब को अपनी अपेक्षा अपवित्र समझता है। जितना लाभ शौचाचार से होता है उससे अधिक हानि दुरभिमान से होती है।

सन्तोष

सन्तोष के सम्बन्ध में भी कुछ विशेष कहने की आवश्यकता नहीं है। परन्तु कभी कभी सन्तोष का आचरण भी अनाचार की कोटि तक पहुंच जाता है। इतना स्मरण रखना चाहिए कि सन्तोष का अर्थ जहां यदृच्छालाभ से परितोष करना है वहां उसका अर्थ आलसी की भांति बैठे रहना नहीं है। झूठे सन्तोष का आश्रय लेकर लोग न केवल मार्जन करने योग दुःखों और अपमानों को चुपचाप स्वयं सह लेते हैं वरन् सामर्थ्य होते हुए भी दूसरों की सहायता करने के लिए हाथ नहीं बढ़ाते। इसीलिए यह कुप्रसिद्धि हो गई है कि भारतीय दर्शन मनुष्य को आलसी बना देता है। सन्तोष और अनुत्साहपूर्ण आलस्य का अन्तर सत्संग और गम्भीर विचार से दूर होता है।

तप

मुख्यतः तो चित्त का निग्रह, कुप्रवृत्तियों का दमन तथा विषयों से परांगमुख होना तप है। परन्तु इसके साथ कुछ शारीरिक तप भी आवश्यक है। तप का नाम लेने वाले हमारे देश में बहुत हैं और इस नाम से शरीर को बहुत कष्ट भी दिया जाता है। परन्तु इसका बहुत सा अंश श्रीकृष्ण के शब्दों में, तामस है। लोग बर्फ में बैठने का अभ्यास करते हैं, नदियों के जल में घंटों खड़े रहते हैं, घंटों पंचाग्नि तापते हैं, महीनों तक केवश जल पीकर उपवास करते हैं। इन सब बातों से भी कुछ न कुछ लाभ होता होगा परन्तु जहां मानस तप योगी के लिए सर्वथा करणीय है वहां इस प्रकार का शारीरिक तप प्रायः वर्जित है। नाड़ियों का चर्चा आगे होगा। यहां इतना ही समझना पर्याप्त है कि योगाभ्यास में उनका बहुत महत्त्वपूर्ण स्थान है। इस प्रकार के आघातों से नाड़ियों की बहुत क्षति होती है परन्तु सर्दी, गर्मी, भूख, प्यास और नींद को सहन करने की शक्ति का संचय करना ही चाहिए। यह आवश्यकता है। ज्यों ज्यों अभ्यास में सफलता होती है शक्ति धीरे धीरे अपने आप बढ़ जाती है। फिर भी अपनी ओर से प्रयास करना ही है।

स्वाध्याय

अभ्यासी के लिए स्वाध्याय भी बहुत आवश्यक है। स्वाध्याय का अर्थ है वेद, दर्शन, ग्रन्थ, महात्माओं की रचनाओं को पढ़ना और उन पर विचार करना। वस्तुतः स्वाध्याय सत्संग का प्रकारान्तर है। इससे शंकाओं के उच्छेदन में सहायता मिलती है।

ईश्वरप्रणिधान

इस शब्द का अर्थ भाष्यकार के अनुसार है:

तस्मिन् परमगुरौ सर्वकर्मार्पणम्।

उस परम गुरु को सब कर्मों को अर्पण कर देना है। परन्तु इस सम्बन्ध म इतना ही कह देना आवश्यक नही है। पहली बात तो यह है कि ईश्वर की सत्ता स्वीकार की जाय और यह बात मानी जाय कि वह परम गुरु है तथा इस योग्य है कि सब कम उसको अर्पित किये जाय। जैसा कि हम देख आये हैं बौद्ध मतावलम्बी ईश्वर की सत्ता को स्वीकार नही करते परन्तु उनमे कई बहुत ख्यातनामा योगी हो गये हैं। ऐसी हा बातो को देखकर नियमो को वह अनिवार्यता नही दी गई है जो यमो को प्राप्त है।

ईश्वर

ईश्वर के सम्बन्ध मे हम थोडा सा विचार पहले कर चुके है। योगदशन में पतजलि ने तो उसको पुरुष विशेष माना है, ऐसा पुरुष जो और सब बातो मे दूसरे सब पुरुषो से भिन्न है। वह अविद्या आदि क्लेशो के वशीभूत नही होता। इस कारण न उसका कर्मों से अवलेपन होता है न उस पर कर्म का कोई प्रभाव पडता है। मैंने वही दिखलाया था कि ऐसे पुरुष विशेष को मानने मे कई कठिनाइया पडती हैं। इस मान्यता मे गौरव का बोझ भी है। यह पुरुष विशेष न तो किसी का कोई उपकार कर सकता है और न अपकार। इसके होने न होने का किसी पर कोई प्रभाव नही पडता। जहा दूसरो के लिए आदर्श होने की बात है तो ऐसा आदर्श तो कैवल्य प्राप्त पुरुष भी उपस्थित करते हैं। इसीलिए ईश्वर को असिद्ध ठहराते हुए कपिल ने कैवल्य प्राप्त पुरुषो के सम्बन्ध मे कहा है

ईदृशेश्वरसिद्धि सिद्धा।

ऐसे ईश्वर का अस्तित्व सिद्ध है। उनकी दृष्टि मे ईश्वर किसी व्यक्ति विशेष का नाम नही प्रत्युत कैवल्य प्राप्त पुरुषो के वर्ग का नाम है। वह पतजलि से आगे बढकर ईश्वर वर्ग के पुरुषो के सम्बन्ध मे कहते हैं

स हि सर्ववित् सर्वकर्त्ता।

अर्थात् वह सर्वज्ञ है और सर्वकर्त्ता है। इस विषय मे वह वेदान्त के आचार्यों के भी आगे जाते हैं। वेदान्त के आचार्य कहते हैं कि आत्मज्ञान प्राप्त करने के बाद मुक्त

पुरुष परमात्मा से हर बात में अभिन्न हो जाता है परन्तु उसकी शक्ति पर एक रुकावट है। वह सृष्टि आदि के अधिकार से वंचित रहता है अर्थात् उसको जगत् के उत्पादन और संहार की शक्ति नहीं होती। इसके पक्ष में कोई तर्क नहीं दिया जा सकता। या तो तादात्म्य की अनुभूति होती नहीं या फिर सभी शक्तियां प्राप्त होती हैं। सांख्य के आचार्यों ने कैवल्य प्राप्त पुरुष के लिए सर्वकर्त्ता शब्द का व्यवहार करके इस दोष का परिहार कर दिया है। उनका कहना यह है कि शक्ति होते हुए भी ऐसे पुरुष भिन्न भिन्न प्रकार की सृष्टियां नहीं करते। इसका कारण यह है कि इतने ऊंचे पहुंच जाने पर उनमें ऐसी प्रवृत्ति नहीं होती।

कुछ लोगों ने ईश्वर को आरम्भक माना है। वह स्वयं कुछ करता नहीं। परन्तु उसके सान्निध्य के कारण काम सहज ही हो जाया करते हैं। जिस सामग्री से जगत् का निर्माण हुआ है वह ईश्वर की ही भांति अनादि है और उसका कभी अन्त भी नहीं होगा। जीव भी अनादि है। अनादि काल से जीव कर्म करते आये हैं। उन कर्मों के भोग के लिए अनुकूल परिस्थिति चाहिए ही। थोड़ी देर के लिए भले ही महाप्रलय हो जाय और उसमें सब जीव एक प्रकार की सुषुप्ति में अपनी संज्ञा खो बैठें परन्तु इस प्रकार खो जाने से कर्मों का नाश तो होता नहीं। कर्मों के संस्कार फिर जागते हैं। क्योंकि कर्मों के फलों की प्राप्ति किये बिना वह अतृप्त रहते हैं। ऐसी दशा में फल प्राप्ति के लिए उपयुक्त जगत् बनेगा ही। जैसा कि ऋग्वेद ने कहा है :

सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत् ।

इस जगत् के कर्त्ता ने सूर्य चन्द्र आदि को जीवों के अपूर्व अर्थात् कर्म फलों के समुच्चय के अनुसार बनाया। अब जब कि अपूर्व के अनुसार नये लोक को बनाना है तो फिर आरम्भक की क्या आवश्यकता है? यदि ऐसा माना जाय कि ईश्वर को इस बात का अधिकार है कि जगत् की रचना करे या न करे या रचना इस ढंग से करे कि जीवों को कर्म फल के भोगने में अड़चन पड़े तब तो उसकी सत्ता की कोई आवश्यकता प्रतीत होती। जब जगत् की रचना किन्हीं निश्चित नियमों के अनुसार होनी ही है तो फिर किसी ईश्वर की कल्पना करना गौरवमय है। इतना मानना पर्याप्त है कि जिस नियम के अनुसार जगत् की रचना की सामग्री अपने को जगत् रूप में संवार लेती है वही विधाता, वही रचना करने वाला, वही पालन करने वाला, वही संहार करने वाला है। इसीलिए मीमांसक कर्म सिद्धान्त के सिवाय किसी दूसरे ईश्वर की कल्पना करना अनावश्यक समझता है। न तो योग दर्शन का ईश्वर और न नैयायिक का ईश्वर ऐसा व्यक्तित्व रखता है कि उनके सम्बन्ध में यह कहा जाय कि वह कर्तु-

मकर्तुमन्यथाकर्तुं समर्थ है अर्थात् उसमे यह सामर्थ्य है कि चाहे करे, चाहे न करे, या अन्यथा करे।

ईश्वर के सम्बन्ध मे एक विचार वह भी है जिसको तन्त्र का चर्चा करते हुए सकेत किया गया है। केवल वेद बाह्य तन्त्र ही नही वरन् कई वेदमूलक सम्प्रदाय भी मानते हैं कि यह जगत् परमात्मा से अभिन्न है और उसकी लीला है। इस सम्बन्ध में यह बात मेरी समझ मे नही आती कि परमात्मा मे लीला की प्रवृत्ति क्यो होती है? लीला एक प्रकार का कर्म है। कर्म किसी अपूर्ति को दूर करने के लिए किया जाता है। ईश्वर को अपने मे किसी अपूर्ति की अनुभूति हो रही थी जिसके कारण उसने जगत् रूप मे अपना प्रकार और विस्तार किया? अपूर्ति की बात छोड भी दी जाय फिर भी जैसा कि कहा गया है :

प्रयोजनमनुद्दिश्य न मूढोऽपि प्रवर्तते ।

प्रयोजन के बिना पागल भी काम मे प्रवृत्त नही होता। आखिर ईश्वर का जगत् की रचना म क्या प्रयोजन था? लीला को प्रयोजन नही कहा जा सकता। यो तो छोटा बालक जो लीला में प्रवृत्त होता है उस समय उसका भी कोई न कोई प्रयोजन होता है, यद्यपि बडे वय वालो को वह प्रयोजन हास्यास्पद प्रतीत होता है। हास्यास्पद होने का कारण यह है कि बच्चे का प्रयोजन उसकी अपरिपक्व बुद्धि का द्योतक प्रतीत होता है। क्या ईश्वरीय लीला के सम्बन्ध मे भी इस प्रकार की कोई बात कही जा सकती है? यदि नही तो यह निष्प्रयोजन लीला कैसी है?

मैंने चौथे अध्याय मे जो थोडा सा दार्शनिक विवरण यह कह कर दिया था कि उसम मुझको स्वारस्य है उसमें भी ईश्वर के सम्बन्ध मे कुछ कहा गया है। मैं समझता हू कि पतजलि के ईश्वर प्रणिधान के प्रसग मे ईश्वर का वही वर्णन उपयुक्त है। वह ईश्वर न तो पतजलि का पुरुष विशेष है न नैयायिक का आरम्भक और न जगत् रूपी नाटक का सूत्रधार। वह ब्रह्म का सक्रिय रूप है, वह रूप जिसमे ब्रह्म को अपना ज्ञान होता है। यह विश्व ब्रह्म का विलास है। किसी भी अवस्था मे ब्रह्म के सिवाय और कुछ नही है। परन्तु अज्ञान के कारण जगत् की प्रतीति होती है और यह जगत् असख्य चेतन, अचेतन पदार्थों से परिपूर्ण है। इसी अज्ञान के कारण जीव अपने को परमात्मा से भिन्न समझता है। भेद की कल्पना कर सर्वव्यापी सर्वज्ञ और सर्वशक्तिमान परमात्मा के विपरीत अपने को अल्पव्यापी, अल्पज्ञ और अल्पशक्तिमान समझता है। उसको ऐसा प्रतीत होता है यदि मैं तत्वत परमात्मा से सर्वथा भिन्न नही भी हू तो भी अधिक से अधिक वह अशी है और मैं अश हू। वह नही सोचता कि परमात्मा के सिवाय और कुछ नही है। जब किसी और पदार्थ की

सत्ता ही नहीं है। तो परमात्मा का कोई विभाजक हो ही नहीं सकता। इसलिए उसके अंश कहही नहीं सकते। प्रत्येक जीव में, प्रत्येक अजीव पदार्थ में, पूर्ण परमात्मा विद्यमान है, प्रत्येक चेतन और जड़ प्रतीत होने वाला पदार्थ पूर्ण परमात्मा है। जैसा कि कहा गया है :

पूर्णमदः पूर्णमिदं, पूर्णात्पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय, पूर्णमेवावशिष्यते॥

वह परमात्मा पूर्ण है, यह जगत् भी पूर्ण है, पूर्ण में से पूर्ण निकला है। पूर्ण में से पूर्ण निकलने के बाद जो बचता है वह भी पूर्ण है।

फिर भी अज्ञान के कारण जीव अपने को अंश और ईश्वर को अंशी समझता है। अपने को टुकड़ा और उसको पूरा समझता है। यह सम्बन्ध हनुमान के उस श्लोक में अच्छा व्यक्त किया गया है जिसे कहते हैं कि उन्होंने रामचन्द्र के सामने एक बार निवेदन किया था :

देहदृष्ट्या तु दासोऽस्मि, जीवदृष्ट्या त्वदंशकः।
तत्त्वदृष्ट्या त्वमेवाहम्, इति मे निश्चया मतिः॥

यह मेरी निश्चित मति है कि शरीरधारी होने के नाते तो आप स्वामी हैं और मैं दास हूं। जीव होने के नाते आप अंशी है मैं अंश हूं। परन्तु जो वास्तविक बात है वह यह है कि जो आप हैं वही मैं हूं।

अस्तु, जीव बराबर अपने वास्तविक रूप में स्थित होने के लिए प्रयत्नशील रहता है और जब अपने पुण्य संस्कारों के उदय होने से वह मोक्ष की ओर अभिमुख होता है तो परमात्मा के दर्शन की लिप्सा और बढ़ जाती है। ईश्वर के दर्शन का अर्थ हुआ आत्मसाक्षात्कार का न होना। अभी आत्मा और परमात्मा के अभेद का प्रत्यक्ष अनुभव नहीं हुआ है, इसलिए यह तीव्र इच्छा इसी रूप में प्रकट होती है कि परमात्मा का दर्शन करना है। यह परमात्म दर्शन आध्यात्मिक उन्नति के पथ पर बहुत महत्त्वपूर्ण स्थान है। जैसा कि श्वेताश्वतर उपनिषद् में कहा है :

यदा चर्मवदाकाशम्, वेष्टयिष्यन्ति मानवाः।
तदा देवमविज्ञाय, दुःखस्यान्तो भविष्यति॥

जिस दिन मनुष्य लोग आसन के चमड़े की भांति आकाश को लपेट लेंगे उस दिन बिना ईश्वर को जाने दुःख का अन्त होगा अर्थात् जिस प्रकार आकाश को लपेटना असम्भव है, उसी प्रकार ईश्वर को जाने बिना मोक्ष पाना असम्भव है।

ईश्वर की प्राप्ति की उत्कट इच्छा का ही नाम भक्ति है। शाण्डिल्य ने भक्ति की परिभाषा मे कहा है :

सा परानुरक्तिरीश्वरे ।

ईश्वर के प्रति पर-अनुराग को भक्ति कहते है। पर—अनुराग अनन्यसाधारण होता है अर्थात् उसके समान कोई दूसरा अनुराग नही होता। फिर भी यदि उसकी कोई उपमा मिलती है तो तादात्म्य प्रेम मे मिलती है। इसीलिए जिन लोगो ने ईश्वर के प्रति अनुराग के वर्णन का प्रयत्न किया है उन्होने उन्ही अलकारो और उपमाओं से काम लिया है जो पुरुष और स्त्री के प्रेम के वर्णनो के लिए उपयोग मे आते हैं।

जो लोग सगुण उपासक हैं, राम, कृष्ण या किसी अन्य मूर्ति की पूजा करते हैं, वह भी ऐसी ही भाषा से काम लेते हैं। सच बात तो यह है कि लौकिक व्यवहार मे प्राय उन्ही लोगो की भक्त सज्ञा है। यदि हमारे देश के मुख्य भक्तो के नाम की सूची बनानी हो तो इस सम्बन्ध मे तुलसी, सूर, मीरा, चैतन्य, तुकाराम, नामदेव, नरसी, जैसे लोगो के ही नाम लिये जायगे। परन्तु जब योगाभ्यासी की ईश्वर साक्षात्कार की लगन तीव्र हो जाती है तो उसके मुह मे भी इसी प्रकार के शब्द निकलने लगते हैं। ऊपरी मुद्रा भी वैसी ही हो जाती है जैसी कि सगुण उपासको की हो जाती है और वह भी उन्मत्त सा हो जाता है। कभी हसता है कभी रोता है। दुनिया की दृष्टि हैमे पागलो जैसा आचरण करता है। जैसा कि वृत्तियो का वर्णन करते हुए कहा गया है, वह क्लिष्ट या अक्लिष्ट होती है। उन वृत्तियो के साथ जो गुण उदात्त रूप से प्रकट होते है उनके प्रभाव स वृत्तियो के अनुभूति काल मे राग या द्वेष, सुख या दुःख की अनुभूति होती है। जब चित्त ईश्वराभिमुख होता है तो रजोगुण और तमोगुण बहुत कुछ सत्त्वगुण से अभिभूत हो जाते है। इसलिए जब वृत्ति उठती है उस समय दुःख और द्वेष की अनुभूति प्राय नही होती। चित्त से प्राय विषाद हट जाता है और उसकी जगह प्रसाद छाया रहता है। ईश्वर के विरह की अवस्था मे भी साधक के उत्तप्त हृदय मे एक प्रकार के आनन्द का निवास रहता है।

जब ईश्वर के मिलने की भावना तीव्र हो जाती है तब फिर चित्त सहज ही एक प्रकार से ईश्वरमय हो जाता है। जैसा कि श्रीकृष्ण ने कहा है :

मन्मना भव मद्भक्तो, मद्याजी मा नमस्कुरु।

अपना मन मुझको दे दो। तुम्हारे मन मे केवल मैं रहू, केवल मेरा निवास हो, केवल मेरा चिन्तन हो। कबीर के शब्दो मे :

जब मैं था तब हरि नहीं, अब हरि हैं मैं नाहिं।
प्रेमगली अति सांकरी, यामें दो न समाहिं ।।

ऐसी अवस्था में उसका सारा काम स्वतः ईश्वरार्पण हो जाता है। जैसा कि किसी शिव भक्त ने कहा :

आत्मा त्वम्, गिरिजा मतिः, सहचराः प्राणाः, शरीरं गृहम्
पूजा ते विषयोपभोगरचना, निद्रा समाधिस्थितिः।
संचारः पदयोः प्रदक्षिणविधिः स्तोत्राणि सर्वा गिरो
यद् यत् कर्म करोमि तत्तदखिलं शम्भो तवाराधनम् ।।

अर्थात् हे शम्भो, मेरी आत्मा आप हैं, मेरी बुद्धि गिरिजा हैं, मेरे प्राण आपके गण हैं, मेरा शरीर आपका मन्दिर है। जो कुछ विषय भोग करता हूं वह आपकी पूजा है। जब सोता हूं वही मेरी समाधि है। जब चलता हूं वही प्रदक्षिणा है। मुंह से जो कुछ बोलता हूं वही स्तोत्र पाठ है। जो कुछ कर्म करता हूं वह सब आपकी आराधना है।

इसी बात को उपदेश के रूप में श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता में कहा है :

यत्करोषि यदश्नासि, यज्जुहोषि ददासि यत्।
यत्तपस्यसि कौन्तेय, तत्कुरुष्व मदर्पणम् ।।

हे अर्जुन, तुम जो कुछ भी करते हो, जो कुछ भी विषयों को भोगते हो, जो यज्ञ करते हो, जो दान करते हो, जो तप करते हो वह सब मुझको अर्पण कर दो।

जिस मनुष्य को इस बात का दृढ़ विश्वास हो जाय कि ईश्वर मेरे सब कर्मों का साक्षी है, मैं जो कुछ कर रहा हूं वह सब ईश्वर देखता है और जानता है, वह पहले तो कोई बुरा कर्म कर ही नहीं सकता। जहां किसी अपने से बड़े मनुष्य के देखते रहने का विश्वास होता है वहां बहुत से अभद्र काम नहीं किये जा सकते। ईश्वर की तो बात ही दूसरी है। फिर जिसको यह विश्वास है कि ईश्वर को मैंने अपने सारे कर्म अर्पित कर दिये, अच्छे हों या बुरे हों, ईश्वर मेरे सारे कर्मों का बोझ अपने ऊपर ले लेता है, उसके चित्त में अद्भुत शान्ति होगी। वैदिक प्रार्थनाओं में जो सबसे प्रसिद्ध प्रार्थनायें हैं वह ऐसे ही शब्दों में हैं :

धियो यो नः प्रचोदयात्, स नो बुद्ध्या शुभया संयुनक्तु,
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु, आ नो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतः।

वह हमारी बुद्धियों को प्रेरित करे, वह हमको शुभ बुद्धि से युक्त करे, हमा चित्त में शिव (कल्याणमय) संकल्प उठें, चारों ओर से हमको भद्र विचार प्राप्त हों जिसको ऐसा विश्वास हो कि मेरी इस प्रकार की प्रार्थना को भगवान् ने स्वीकार क लिया है वह धन्य है। उसे फिर अन्य किसी बात की चिन्ता न होनी चाहिए। ईश्व जिसका प्रेरक हो, जिसके गुरु हों, उसे और किस उपास्य की अपेक्षा हो सकती है ऐसी ही बुद्धि का नाम भक्ति है। यही ईश्वर प्रणिधान है और इसी आधार प जीवन को चलाना भक्तियोग है।

स्वामी रामतीर्थ ने कहीं लिखा है कि उपासना करनेवाला पहले भावना तस्यैवाहम्। फिर जब उसकी बुद्धि परिष्कृत होती है तो वह कहता है तवैवाहम् अन्त में उसका भाव हो जाता है त्वमेवाहम्। "तस्यैवाहम्" का अर्थ है 'मैं उसका ही हूं"। यह उस अवस्था का द्योतक है जब उपासक अपने उपास्य से दूरी का अनुभव करता है। 'तवैवाहम्" का अर्थ है "मैं तेरा ही हूं"। यह निकटता का, अपनेपन का, सूचक है। भक्त की यही भावना होती है। क्रमशः चित्त के शुद्ध होने पर जब भेदभाव मिट जाता है और अभेद की अनुभूति होती है उस अवस्था का परिचायक यह *वाक्य है—"त्वमेवाहम् —मैं तू ही हूं।*

किसी ने एक महात्मा से पूछा कि आप तो ब्रह्मज्ञानी पुरुष हैं फिर ईश्वर के प्रति इतना आदर क्या दिखलाते हैं, यह तो द्वैत बुद्धि का द्योतक है। उन्होंने उत्तर में यह श्लोक पढ़ दिया

सत्यपि भेदापगमे, नाथ तवाहं, न मामकीनस्त्वम्।
सामुद्रो हि तरंग, क्वचन समुद्रो न तारंग ॥

हे नाथ, भेद के दूर हो जाने पर मैं आपका ही हूं, आप मेरे नहीं हैं। यह कहते हैं कि यह लहर समुद्र की है, कोई यह नहीं कहता कि यह समुद्र लहरों का है। यह उत्तर विचारोत्तेजक है।

किसी भी प्रकार से चित्त एकाग्र किया जाय, एकाग्रता समाधि की ओर ले जाने के लिए निःसन्देह साधन होगी। उसका परिणाम निश्चय ही वह होगा जो समाधि से प्राप्त होता है। इसी प्रकार जब लोग ईश्वर की किसी सगुण विधि से उपासना करते हैं उनकी भी भक्ति निष्फल नहीं जाती। अपनी भावना के अनुसार उसको कोई स्त्री समझे या पुरुष, उसका कोई भी आकार मान कर चले, परन्तु फल तो चित्त की एकाग्रता से मिलता है और इस प्रकार सगुण साकार ईश्वर की भक्ति भी निर्गुण

जो व्यक्ति ईश्वर का अनन्य उपासक होता है उसको ऐसा प्रतीत होता है कि ईश्वर सर्वत्र सर्वदा मेरे साथ है। इससे वह न केवल बहुत सी बुराइयों से बच जाता है वरन् अपने में बड़ी शक्ति और आत्म विश्वास का अनुभव करता है। वह न केवल संसार के कष्टों को हंसते हंसते झेलने में समर्थ होता है वरन् लोकसंग्रह के भाव से संसार के दुखियों की सेवा का बहुत सा बोझ अपने ऊपर उठा लेता है, क्योंकि उसको इस बात का भरोसा रहता है कि मेरी सहायता करने को ईश्वर मेरे साथ है। अपने कर्मों में ईश्वरार्पण बुद्धि लाकर उनके संस्कारों से भी वह अपने को बचा लेता है क्योंकि जब वह अपने को ईश्वर चालित निमित्त मात्र मानता है तो उसमें वह अभिमान नहीं रहता जो उस व्यक्ति में होता है जो अपने को स्वतंत्र कर्त्ता मानता है।

कभी कभी जब मनुष्य बहुत आर्त होकर ईश्वर को पुकारता है तो उसको ऐसा प्रतीत होता है कि मेरी पुकार सुनी गयी। ऐसा भी होता है कि ऐसी दशा में विपत्ति टल जाती है। जब मनुष्य बहुत चिन्ता में पड़ जाता है और चारों ओर से निराश हो उठता है तो उसकी चित्तवृत्ति अन्तर्मुख हो जाती है, क्योंकि बाहर तो उसको कहीं कोई आश्रय नहीं मिलता। ऐसी दिशा में उस जीव और जीवसमष्टि के बीच के पर्दे थोड़ी देर के लिए हट जाते हैं, बूंद समुद्र में मिल जाती है। उस समय वह जीवात्मा विराट् के अनन्त शक्ति भंडार से काम ले सकता है। और इस प्रकार अपनी विपत्ति पर विजय पा जाता है। चित्त का बोझ हल्का होते ही फिर पार्थक्य ज्यों का त्यों आ जाता है।

बिना इस प्रकार के ईश्वर प्रणिधान बुद्धि के भी व्यक्ति को योग में सिद्धि हो सकती है इसमें कोई सन्देह नहीं। परन्तु भक्तियोग से सम्बन्वित योगी को निःसन्देह सुविधा होगी। उसका मार्ग सरल हो जाता है। इसलिए श्रीकृष्ण ने गीता में कहा है :

> तपस्विभ्योऽधिको योगी, ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः।
> कर्मिभ्यश्चाधिको योगी, तस्माद्योगी भवार्जुन ।।
> योगिनामपि सर्वेषां, मद्गतेनान्तरात्मना।
> श्रद्धावान्भजते यो मां, स मे युक्ततमो मतः ।।

प्रयत्न से योग का अभ्यास करते हुए और चित्त के मलों को दूर करते हुए कई जन्मों में योगी सिद्धि को प्राप्त करता है और फिर मोक्षरूपी परम पद तक पहुंचता है। योगी, तपस्वियों, से ज्ञानियों से, कर्म करनेवालों से ऊंचा है। इसलिए हे अर्जुन, तुम योगी बनो। जो मुझे अन्तरात्मा में लगाकर श्रद्धा के साथ मेरा भजन करता है वह

चतुर्विधा भजन्ते मा जना सुकृतिनोऽर्जुन।
आर्तो जिज्ञासुरर्थार्थी ज्ञानी च भरतर्षभ ॥
प्रियो हि ज्ञानिनोऽत्यर्थमहं स च मम प्रिय. ।
उदारा सर्व एवैते ज्ञानी त्वात्मैव मे मतम् ॥

हे अर्जुन, चार प्रकार के पुण्यात्मा मेरा भजन करते है—आर्त, (दुखी जिज्ञासु, अर्थार्थी, धन आदि सम्पत्ति के चाहने वाले और ज्ञानी। इन सब मे ज्ञा जो नित्य योग मे लगा होता है और केवल मेरी भक्ति करता है वह सबसे बढ़कर है यह सब उदार हैं इसमे सन्देह नही, पर ज्ञानी मुझको सबसे प्रिय है और ज्ञानी को सबसे अधिक प्रिय हू। ज्ञानी मेरी आत्मा है ऐसा मैं मानता हू।

आजकल भक्तियोग को कुछ लोगो ने हास्यास्पद बना रखा है। वह केवल गाने बजाने का नाम मात्र रह गया है। ऊपरी आडम्बर रह गया है परन्तु आत्मा निर गई है। भक्त मण्डली, मैत्री, करुणा, आदि से कोसो दूर रहती हैं। ससार के दुर्बल प्राणि का त्राण करने का कष्ट उठाने को भक्तगण तैयार नही होते। ऐसे लोग अपने सा अपने उपास्य की भी हसी कराते है। भक्ति वस्तुत योग का एक अग है और इसलि योग के अन्य अगो की भाति वह भी साहस और दृढता की अपेक्षा करती है। भक्त लिए परमात्मा प्रेमस्वरूप है। प्रेम अनेको को एक में बाधनेवाला सूत्र है। परमा द्वैत से परे हैं। इसलिए वह प्रेमस्वरूप है। परन्तु इतना स्मरण रखना चाहिए कि व ऋत और सत्यस्वरूप भी है। जगत् का सचालन जिन भौतिक और नैतिक नियम के द्वारा हो रहा है वह सब परमात्मा के रूप हैं। नियमो म जहा मृदुता होती है वहा अवसर पडने पर कडाई भी होती है। भक्तो के हृदय जहा मृदूनि कुसुमादपि होते हैं वहा वज्रादपि कठोराणि भी हो सकते हैं। फूल से भी नरम और वज्र से भी कठोर

अन्त मे मैं कुछ महात्माओ की वाणियो से ऐसे अवतरण देता हू जिनसे यह प्रकट होगा कि साधक तीव्र सवेग के आवेश म किस प्रकार रुदन करता है और उसकी भक्ति ईश्वर साक्षात्कार के लिए उसकी आतुरता, अपने ही शब्दो मे किस प्रकार व्यक्त करती है

प्रीति लगी तुम नाम की, पल बिसरै नाहीं।
नजर करो अब मिहर की, मोहि मिलो गुसाई ।१।
बिरह सतावै मोहि को, जिव तडपै मेरा।
तुम देखन की चाव है, प्रभु मिलो सवेरा।२।
नैना तरसै दरस को, पल पलक न लागै।
दर्दबद दीदार का, निसि बासर जागै।३।

जो अब के प्रतीम मिलैं, करूं निमिख न न्यारा।
अब कबीर गुरु पाइयां, मिला प्रान पियारा।
(कबीर)

कहाँ बुझाय दरद पिय तो से,
दरद मिटै तरवार तीर से,
किधों मिटै जब मिलहुं पीव से।१।
तन तलफै हिय कुछ न सुहाय,
तोहि बिन पिय मो से रहल न जाय।२।
धरमदास की अरज गुसाईं,
साहिब कबीर रहौं तुम छांही।
(धनी धर्मदास)

प्रभु जी तूं मेरे प्रान अधारे।
नमस्कार डंडौत वंदना, अनिक, अनिक बार जाऊं बलिहारे।
ऊठत बैठत सोवत जागत, इहु मन तुझे चितारे।
सूख दूख इस मन की बिरथा, तुझ ही आगे सारे।२।
तू मेरी ओट बल बुद्धि धन तुमहि, तुमहि मेरे परिवारे।
जो तुम करो सोई भल हमरे, पेख नानक सुख चरना रे।
(नानक)

अजहु न निकसे प्राण कठोर।
दरसन बिना बहुत दिन बीते, सुन्दर प्रीतम मोर।१।
चारिह पहर चारों जुग बीते, रैन गंवाई भोर।२।
अवधि गई अजहूं नहीं आये, कतहूं रहे चित चोर।३।
कबहूं नैन निरखि नहिं देखे, मारग चितवत तोर।४।
दादू ऐसे आतुर बिरहणी, जैसे चंद चकोर।५।
(दादू दयाल)

अजहूं मिलो मेरे प्रान पियारे।
दीनदयाल कृपाल कृपानिधि
करहु छिमा अपराध हमारे।१।
कल न परत अति विकल सकल तन,
नैन सकल जनु बहत पनारे।
मांस पचो अरु रक्त रहित में,

नासा नैन स्रवन रसना रस,
इन्द्री स्वाद जुआ जनु हारे।
दिवस दसो दिसि पथ निहारत,
राति बिहात गनत जस तारे।३।
जो दुख सहत कहत न बनत मुख,
अतरगत के ही जाननहारे।
धरनी जिव झिलमिलित दीज्यों,
होत अधार करो उजियारे।
(धरनीदास जी)

सखि बासुरी बजाय कहा गयो प्यरो ।
घर की गैल बिसरि गइ मोहि ले, अग न बस्तु सभारो।
चलत पाव डगमगत धरनि पर, जैसे चलत मतवारो।१।
घर आगन मोहि नीक न लागै, सबद बान हिये मारा।
लागि लगन मे मगन वहो सौं, लोक लाज कुल कानि बिसारो।२।
सुरत दिखाय मोर मन लीन्ह्यो, मैं तो चहौं होय नहि न्यारो ।
जगजीवन छवि बिसरत नाहीं, तुमसे कहों सो इहे पुकारो।३।
(जगजीवन साहिब)

मेरे तन लग गई पिय की मीठी बोल।
पिय की मीठी बोल सुनत मैं भई दिवानी।
भवर गुफा के बीच उठत है सोह बानी।
देखा पिय का रूप रूप में जाय समानी।
जब से भया मिलाप मिले पर ना अलगानी।
प्रीति पुरानी रही लिया हमने पहिचानी।
मिली जोति मे जोति सुहागिन सुरति समानी।
पलटू सबद के सुनत ही घू घट डारा खोल।
मेरे तन मन लग गई पिय की मीठी बोल।
(पलटू साहिब)

अभी तक मैंने पतंजलि के बतलाये हुए नियमो का चर्चा किया है। इतना बतला देना चाहिए कि अन्य विद्वान् नियमो की सख्या भिन्न बतलाते हैं। उदाहरण के लिए गोरक्ष दस नियमों का चर्चा करते हैं तप, सन्तोष, अनासक्ति, दान, ईश्वर पूजन, सिद्धान्त, सर्वांग ह्री (लज्जा) मति, जप और हुति।

षडङ्ग योग

वह योग का चर्चा अष्टांग न कहकर षडंग कहते हैं। उनका कहना है कि यम और नियम मनुष्य मात्र के लिए हितकर हैं। योग में इनके प्रसंग मे कोई विशेषता नहीं है, इसलिए योग के अंगों की गणना में इनको छोड़ देना चाहिए। अतः यह योग को षडंग (छः अंगोवाला) कहते हैं। परन्तु अधिकांश विद्वान् पतंजलि के वर्गीकरण का अनुसरण करते हैं। उनकी यह मान्यता है कि भले ही यम और नियम मनुष्य मात्र के लिए अनिवार्यतया मान्य हों परन्तु और कोई उनका पालन करे या न करे योगी को तो दृढ़ता के साथ उनका अनुसरण करना ही चाहिए। एक बात और भी है। यदि योगी यमों और नियमों से स्खलित हो गया तो योग के पथ पर उनकी समुचित उन्नति भी नहीं हो हकती। इसलिए इनको निश्चय ही योगांग मानना चाहिए। इस बात को स्वीकार करके योग को अष्टांग कह सकते हैं।

अध्याय १३

आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार

योग वस्तुत एक है। वैदिक वाङमय मे तथा बौद्ध साहित्य म विना किसी विशेषण के अकेले योग शब्द का व्यवहार हुआ है और इसी परम्परा को पतजलि ने भी निवाहा है। परन्तु आजकल कुछ विशेषणो का प्रयोग करके न्यूनाधिक स्वतत्र योगशैलियो की कल्पना की जाती है। इनम से कुछ के नाम बहुत प्रचलित हो गये है—राजयोग, हठयोग, कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग, ये नाम लोक मे विशेष प्रसिद्धि पा गये हैं। पिछले तीन चार अध्यायो को देखने से यही विदित होता है कि कर्मयोग चित्तप्रसाद के अन्तर्गत आ जाता है। भक्तियोग का अन्तर्भाव ईश्वरप्रणिधान मे होता है। ज्ञानयोग, स्वाध्याय और सत्सग म अन्तर्भूत है। इस अध्याय मे यह दिखलाने का प्रयास किया जायगा कि आसन और प्राणायाम को ही नामान्तर से हठयोग कहते हैं। अब योग की तथोक्त शैलियो मे केवल राजयोग अवशिष्ट रहा, जो आगामी अध्याय के विषय अर्थात् धारणा, ध्यान और समाधि से भिन्न है। इसका तात्पर्य यह है कि यह सब योग की स्वतत्र शैलिया नही हैं। आध्यात्मिक उन्नति की विभिन्न सीढिया हैं और सब एक दूसरे से सम्बद्ध हैं। हठयोगप्रदीपिका के रचयिता ने तो स्पष्ट शब्दा मे लिख दिया है

केवल राजयोगाय हठयोग उपदिश्यते।

केवल राजयोग के लिए हठविद्या का उपदेश दिया जाता है। उसके टीकाकार ब्रह्मानन्द ने भी यही बात कही है

हठविद्याया राजयोग एव मुख्य फलम्।

हठविद्या का राजयोग ही मुख्य फल है और राजयोग के द्वारा कैवल्य प्राप्त होता है। इस विषय के विशदीकरण की आवश्यकता नही है। परन्तु विभिन्न योगो के नाम सुनकर किसी को मतिविभ्रम न हो इसलिए सक्षेप म इतना सकेत कर दिया गया है।

अब तक इसके पहले के अध्यायों में जिन विषयों का वर्णन हुआ है वह प्रायः सबके सब शारीरिक नियमों और व्यापारों की बातचीत है। उनके सम्बन्ध में उनके क्षेत्र में तर्क का बहुत बड़ा स्थान है। परन्तु इस अध्याय के साथ हम एक ऐसी भूमि में प्रवेश करने जा रहे हैं जिसमें तर्क के लिए प्रायः कोई स्थान नहीं है। यह वह क्षेत्र है जिसमें पद पद साधक के पांव डगमगाते हैं और सत्य कल्पना की बिजली गिराती है। यहां शास्त्रार्थ नहीं करना है। योग के व्यावहारिक अनुष्ठान करने की बात है। साधक के सामने वह कठिन मार्ग है जिसके विषय में कहा गया है :

क्षुरस्य धारा निशिता दुरत्यया दुर्गं पथस्तत् कवयो वदन्ति।

जिसको सिद्ध पुरुष छुरे की तीखी धार के समान कठिन और दुर्गम बताते हैं, उस पर चलना बहुत ही दुष्कर है, और फिर उस पथ का जो गन्तव्य स्थान है वह ऐसा है :

यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह ।

जहां न वाणी की पहुंच है न बुद्धि की।

निश्चय ही साधक को गुरु से सहायता मिलेगी। कभी कभी शक्तिपात करके भी गुरु उसको सहारा देगा परन्तु प्रयास तो शिष्य को ही करना होगा। उसकी जगह गुरु यात्रा नहीं कर सकता। अपने ही उत्साह और संवेग के बल पर शिष्य को आगे बढ़ना होगा। इसके साथ ही जो व्यक्ति इन विषयों को पुस्तक रूप में गुम्फित करना चाहता है उसके सामने भी बड़ी कठिनाई है। यदि उसके ज्ञान का आधार केवल इतना ही है कि उसने कुछ पुस्तकों का अध्ययन कर लिया है या कुछ इधर उधर की बातें सुन ली हैं, तो वह स्वयं विषय से अनभिज्ञ होगा और उसका लिखना भ्रामक होगा। यदि उसको विषय में कुछ वास्तविक प्रवेश है तो कुछ लिख न सकेगा, क्योंकि मैं पहले कह चुका हूं कि तद्विषयक बातें गोप्य रखी जाती हैं। गोप्य रखने का कारण यह नहीं होता कि जो लोग उनको जानते हैं उनको छिपाने में कोई आनन्द आता है, या वह यह चाहते हैं कि हमारे सिवाय और कोई जानकार न हो। ऐसा करने का एक मात्र कारण यह है कि वह इस बात की रक्षा करना चाहते है कि विद्या असत्पात्र के पास न जाय। निरुक्त-कार ने इस सम्बन्ध में जो मंत्र दिया है वह सर्वथा ठीक है :

विद्या ह वै ब्राह्मणमाजगाम गोपाय मा शेवधिष्टेऽहमस्मि ॥

विद्या ने ब्राह्मण के पास आकर कहा कि मेरी रक्षा करो, मैं तुम्हारी निधि हूं।

उसने रक्षा की माग इसलिए की कि वह अनधिकारी के हाथ मे न पड़ जाय। वह योग्य व्यक्ति के पास रहना चाहती है। वीर्यवती यथा स्याम्—ताकि मैं वीर्यवती रहू। अनधिकारी के हाथ मे जाकर विद्या का वीर्य, उसकी शक्ति नष्ट हो जाती है। यदि अनधिकारी को इस विद्या की दीक्षा दी गई, तो यह निश्चय है कि वह थोड़े दिनों के बाद अभ्यास छोड़ देगा और दूसरे लोगो मे भी अश्रद्धा उत्पन्न करेगा।

आसन

आसनानि तु तावन्ति, यावन्तो जीवजातयः।
भेदास्तेषान्तु जानाति, एक एव महेश्वरः॥

जीवो की जितनी प्रकार की जातिया हैं उतने ही प्रकार के आसन हैं। उन सब के भेदो को तो केवल एक शकर भगवान् जानते हैं। किसी प्रकार के प्राणी स्वभावतः जिस प्रकार बैठते हो उसे उनका आसन कहते हैं। न तो किसी को इस बात का ज्ञान है कि कितने प्रकार के जीव हैं, न किसी ने सब जीवो के आसनो का ध्यान से देखा है। जितने प्रकार के आसनो को लोगो ने देखा है उनके भी अनुकरण नही किये जा सकते। मनुष्य के शरीर की बनावट ऐसी नही है कि दूसरे जीवो का अनुकरण कर सके। वस्तुतः इसकी आवश्यकता भी नही है। परन्तु योग के अभ्यास मे आसन का बहुत बडा महत्त्व है। उसके कारण के सम्बन्ध मे आगे चलकर कुछ अधिक विस्तार मे लिखूगा। गोविन्द साहब नाम के एक महात्मा ने कहा है

पहिले करै आहार जाय फिर निद्रा साधै।
तब सद्गुरु की सरन बैठि पद्मासन बांधै।
ऐसी रहनी होय ताहि गोविन्द उपदेसै।
बिन बाती बिन तेल अगिन बिन दीया लेसै॥

आसनो का कुछ उपयोग तो योगाभ्यास मे होता है। इसके सिवाय कुछ आसन ऐसे हैं जो शारीरिक स्वास्थ्य की रक्षा करते है, और उनमे से कुछ तो किन्ही विशेष रोगो को दूर करने मे भी सहायक होते हैं। इस कारण से आजकल लोगो का ध्यान विशेष रूप से आसनो की ओर गया है और कुछ स्थानो मे उनकी विशेष रूप से शिक्षा भी दी जाती है। इस सम्बन्ध मे पूना के निकट स्वामी कुवलयानन्द के कैवल्यधाम मे बहुत काम हुआ है। निश्चय ही किसी जानकार से दीक्षा लेकर आसनो का अभ्यास करने से बहुत शारीरिक लाभ हो सकता है। परन्तु यदि किसी ऐसे व्यक्ति से दीक्षा ली गई जो आसनो के प्रभाव को नही जानता या किसी पुस्तक को देखकर किसी आसन का

अभ्यास किया गया तो उसमें कई प्रकार की हानि भी हो सकती है। हिक्का, खांसी, क्षयरोग, पक्षाघात, मृगी और कई प्रकार के उन्मादों के उभर आने का है। इसलिए बहुत सोच समझकर आसनों का अभ्यास करना चाहिए। एक और है। आसन प्रायः किसी विशेष प्रकार से बैठने को कहते हैं। कई आसनों के शरीर चालन की कई विधियां भी आजकल चल पड़ी हैं। स्कूलों में इस ढंग की शिक्षा दी जाने लगा है। अभी इस सम्बन्ध में पर्याप्त प्रयोग नहीं हुआ है। आसन तक चल व्यायाम के रूप में प्रयुक्त हो सकते हैं यह विचारणीय विषय है।

यों तो आसन बहुत प्रकार के हैं। परन्तु साधारणतः योगाभ्यास के लिए सब की आवश्यकता नहीं है।

पतंजलि ने आसन की परिभाषा इस प्रकार की है :

स्थिरसुखमआसनम् ।

इस सूत्र के दो प्रकार से अर्थ लगाये जा सकते हैं। स्थिर और सुख इन शब्दों को यदि एक साथ लिया जाय तो वह आसन ठीक होगा जो स्थिर सुख देता जो देर तक सुख देता है, और यदि इन दोनों शब्दों को पृथक् पृथक् लिया जाय तो आसन ठीक होगा जिससे देर तक बैठा जा सकता है और सुख भी मिलता है। व्याख्याओं में अधिक नहीं परन्तु थोड़ा सा अन्तर है। ऐसे कई आसन हैं जो प्रायः दोनों व्याख्याओं के अनुरूप उतरते हैं। आचार्यों ने इनमें पद्मासन, सिद्धा स्वस्तिकासन और अर्द्धपद्मासन की विशेष प्रशस्ति की है। इन आसनों के वर्णन घे संहिता, हठयोगप्रदीपिका, शिवसंहिता और गोरक्षपद्धति जैसी पुस्तकों में मिलते इसलिए मेरे लिए इनका विस्तार से वर्णन करना अनावश्यक है। आजकल तो इ छपे चित्र भी मिलते हैं।

आसन का चर्चा करते हुए कुछ आनुषंगिक विषयों का भी चर्चा कर आवश्यक प्रतीत होता है। किस जगह बैठकर अभ्यास किया जाय यह महत्त्वपूर्ण है। इसके सम्बन्ध में घेरण्ड का इस प्रकार कहना है :

दूरदेशे तथाऽरण्ये, राजधान्यां तथान्तिके।
योगारम्भं न कुर्वीत, कृते च सिद्धिहा भवेत् ।३।
अविश्वासं दूरदेशे, अरण्ये रक्षिवर्जितम् ।
लोकाकुले प्रकाशः स्यात्तस्मात त्रीणि विवर्जयेत् ।४।

वापीकूपतडागं च, प्राचीरमध्यवर्ति च।
नात्युच्चं नाति नीचं, कुटीरं कीटवर्जितम् ।६॥
सम्यग्गोमयलिप्तं च, कुटीरं तत्र निर्मितम्।
एवं स्थानेषु गुप्तेषु, प्राणायामं समभ्यसेत् ।७॥

दूर देश मे अविश्वास होता है, अरण्य मे रक्षक नहीं है, जनसमूह मे प्रकाश होने का भय होता है। अत इन तीनो स्थानो का परित्याग करना चाहिए।

सुन्दर धार्मिक राज्य मे, खाद्य पदार्थों की जहा सुलभता हो, ऐसे उपद्रव रहित देश मे कुटीर बनाकर, चहारदीवारी बनावे, जिसके अन्दरूनी भाग मे तालाब, कुआ आदि भी हो। वह कुटी न बहुत नीची न बहुत ऊची ही हो। गोबर से लिपी हुई हो, कोई जानवर उसमे न हो, ऐसे गुप्त स्थान मे प्राणायाम का अभ्यास करे।

प्रत्येक व्यक्ति के लिए उपर्युक्त विधि से कुटी बनाना सम्भव नहीं है। परन्तु इतना तो ध्यान रखना ही चाहिए कि स्थान ऐसा हो जो समतल हो, वहां किसी प्रकार का शोर न होता हो, न बैठने की जगह पर कोई कृत्रिम प्रकाश पडता हो। खटमल, मच्छर, पिस्सू आदि जीव जन्तु वहा न हो। स्थान स्वच्छ हो और किसी प्रकार की दुर्गन्ध न आती हो। बैठने के आसन के सम्बन्ध मे जैसा कि श्रीकृष्ण ने गीता मे कहा है :

चैलाजिनकुशोत्तरम् ।

हो तो बहुत अच्छा है। सबसे नीचे कुश, उसके ऊपर अजिन अर्थात् व्याघ्र या हिरन की खाल और इसके ऊपर नरम और स्वच्छ कपडा। यदि इसका प्रबन्ध न हो सके—और आजकल खाल का प्राप्त करना सबके लिए सम्भव नही है—तो मोटा कम्बल भी काम दे सकता है। उसके ऊपर नरम कपडा बिछा दिया जाय ताकि कम्बल गडे नही।

जो व्यक्ति पर्याप्त उन्नति कर चुका है उसके लिए तो ऋतु आदि का विशेष बधन नही होता, परन्तु आरम्भ करने वाले के लिए इस ओर भी ध्यान देना चाहिए। यो तो गर्मी मे पुराने अभ्यासी को भी कुछ असुविधा होनी है परन्तु जो इस काम में पहली बार लग रहा हो उसको तो ग्रीष्म ऋतु बहुत ही प्रतिकूल पडता है। जैसा कि घेरड ने बताया है

हेमन्ते शिशिरे ग्रीष्मे, वर्षायां च ऋतौ तथा।
योगारम्भ न कुर्वीत, कृते योगो हि रोगद ।८।

वसन्ते शरदि प्रोक्तं, योगारम्भं समाचरेत्।
तथा योगी भवेत् सिद्धो, रोगान्मुक्तो भवेद् ध्रुवम्।९।

हेमन्त, शिशिर, ग्रीष्म और वर्षा ऋतुओं में योगारम्भ न करे, इनमें करने से रोग उत्पन्न करता है। वसन्त और शरद् में ही योगाभ्यास करे, इनमें करने से सिद्धि होती है तथा रोग की निवृत्ति होती है।

यह उद्देश्य तो ठीक है परन्तु भारत का ऐसा वहुत सा भाग है जहां वसन्त का प्रायः विल्कुल अनुभव नहीं होता। चैत्र में होली के त्यौहार के निकट कुछ वसन्त की झलक देख पड़ती है। कुछ वृक्षों में नयी पत्तियां निकलती हैं, कुछ वसन्ती हवा वहती है। परन्तु वहुत जल्दी ग्रीष्म ऋतु का आक्रमण होता है और वसन्त लुप्त हो जाता है। वसन्त में आरम्भ करने की वात वही लोग सोच सकते हैं जिनको ग्रीष्म ऋतु में कहीं पहाड़ों पर रहने का अवसर मिलनेवाला हो। उनके लिए तो यह सम्भव है कि चैत्र में नीचे के प्रदेश में अभ्यास आरम्भ करें और फिर पहाड़ पर जाकर उसको जारी रखें। पर ऐसे भाग्यशाली लोग थोड़े ही होते हैं। मेरी निज की सम्मति यह है कि सव दृष्टियों से देश के अधिकांश भाग में शरद् ऋतु ही सवसे अच्छा है। कार्तिक के वाद हेमन्त लगता है। वह काल कुछ कष्टदायक तो होता है परन्तु ग्रीष्म और वर्षा के समान नहीं। हेमन्त और शिशिर में कमरे के भीतर अभ्यास करना सम्भव है।

ऋतु के साथ साथ इस वात का भी निर्णय करना आवश्यक है कि अभ्यास किस समय किया जाय। कभी कभी किसी प्राचीन किताव में कोई ऐसा आदेश दिया होता है जो नये साधक को घवरा देता है। उदाहरण के लिए एक जगह यह वताया गया है :

दिवा न पूजयेल्लिगम्, रात्रावपि न पूजयेत्।
सर्वदा पूजयेल्लिगम्, दिवारात्रनिरोधतः॥

अर्थात् दिन में लिंग की पूजा न करे, रात में भी न करे, दिन रात को छोड़कर सर्वदा लिंग की पूजा करे।

सन्दर्भ के अनुसार लिंगपूजा से अभ्यास करने से तात्पर्य है। अव साधक का आश्चर्य वढ़ सकता है कि न दिन को यह काम किया जाय न रात में और फिर यह कहा गया है कि सर्वदा किया जाय। यह कैसे होगा?

श्लोक का अर्थ यह है कि दिन में अर्थात् जव सूर्यनाड़ी पिंगला चल रही हो उस समय अभ्यास करना श्रेयस्कर नहीं होता। इसी प्रकार रात्रि में अर्थात् जव सोमनाड़ी इड़ा चल रही हो तव भी अभ्यास लाभदायक नहीं होता। प्रयत्न यह करना चाहिए कि प्राण को इड़ा और पिंगला छोड़कर सुषम्ना में चढ़ाया जाय। अस्तु, अभ्यास

करने के लिए यो तो सभी समय ठीक हैं परन्तु दिन रात मे अर्ध रात्रि का समय और रात का अन्तिम प्रहर अर्थात् ब्राह्म मुहूर्त विशेष रूप से प्रशस्त है। यह अपने शरीर और जीवनचर्या पर निर्भर करता है कि किस व्यक्ति को कौन सा समय अनुकूल होगा। कबीर ने एक जगह कहा है

पहर रात उठ पिसना पीस।
झार पछोर किराव दमैदया समुझि परै तब पाच पचीस।

इस पद म पहर रात अर्थात् उस समय का समथन किया गया है, जिसको सामान्यत ब्राह्ममुहूर्त कहते है। अब वैदिक यज्ञ याग का चलन नही है, तो लगभग तीन बजे रात्रि से आश्विन काल लग जाता था और सवेरा होते होते उष काल आ जाता था।

इतना ध्यान रखना चाहिए कि भरे पेट पर अभ्यास करने न बैठा जाय। भोजन और अभ्यास के बीच मे लगभग तीन घट का अन्तर होना चाहिए। यह तो आशा करनी ही चाहिए कि योगाभ्यास करने का इच्छुक मिताहारी होगा। मिताहार किसको कहते है, इसके लिए कोई एक नियम नही बतलाया जा सकता। प्रत्येक व्यक्ति को अपने शरीर के अनुरूप इसका निश्चय अपने आप करना चाहिए। कई आचार्यों ने यह कहा है कि पेट का आधा भाग तो अन्न आदि खाद्य वस्तुओ को देना चाहिए शेष का आधा जलको और बचा हुआ अश पवन सचार का। एक सूफी कवीर न इसको बहुत सक्षेप मे इस प्रकार कहा है

न चदा मखुर कज दहानत बरायद।
न चदा कि अजे जोफ जानत बरायद।

न तो इतना अधिक खाओ कि मु ह स निकल पडे और न इतना कम कि दुर्बलता के मारे प्राण ही शरीर से निकल जाय।

आसनो के साथ प्राय बन्धो और मुद्राओ का भी चर्चा होता है। मेरे दादा गुरु बाबा रामलाल जी ने मूलबन्ध की स्वय प्रशसा की है। उनके एक शब्द की प्रथम पंक्ति कहती है

मूल बध करि बद विचारी, सात चक्र नो शोधै नारी।

यह वाक्य मेरे लिए प्रमाणभूत है। इसके साथ ही मैं यह निवेदन करना चाहता हू कि उड्डीयान भी बहुत ही उपयोगी किया है। मैं घेरड सहिता से इन दोनों बधो के फलों के वर्णनो को उद्धत करता ह

अभ्यासाद् बन्धनस्यास्य मरुत्सिद्धिर्भवेद् ध्रुवम्।
साधयेद्यत्नतस्तर्हि मौनी तु विजितालसः॥

इस मूल बंध के अभ्यास से निश्चय ही पवन सिद्ध होता है। इसलिए साधक आलस्य को छोड़कर मौनी होकर यत्नपूर्वक इसकी साधना करे।

समग्राद् बंधनाद्धयतद् उड्डीयानं विशिष्यते।
उड्डीयाने समभ्यस्ते मुक्तिः स्वाभाविकी भवेत्॥

जितने बंध कहे गये हैं उन सब में यह उड्डीयान बन्ध उत्तम है। इसकी साधना से मुक्ति आपसे आप ही प्राप्त होती है।

यों तो विभिन्न दृष्टियों से सभी मुद्रायें उपयोगी हैं परन्तु उनमें खेचरी और शाम्भवी मेरी समझ में सर्वोत्तम हैं। इन दोनों मुद्राओं के फल भी घेरंड संहिता से अवतरित करता हूं।

न च मूर्छा क्षुधा तृष्णा नैवालस्यं प्रजायते।
न च रोगो जरा मृत्युर्देवदेहश्च जायते॥
नाग्निना दह्यते गात्रं न शोषयति मारुतः।
न देहे क्लेदयन्त्यापो दंशयेन्न भुजंगमः॥

जो मनुष्य खेचरी मुद्रा की साधना करता है उसको मूर्छा, भूख, प्यास, आलस्य रोग, बुढ़ापा और मृत्यु का भय नहीं रहता। उसका शरीर देवों जैसा हो जाता है न उसको आग जलाती है, न हवा खाती है, न जल गीला करता है और न उसको सांप काटता है।

वेदशास्त्रपुराणानि सामान्यगणिका इव।
परन्तु शाम्भवी मुद्रा गोप्या कुलवधूरिव॥

वेद शास्त्र और पुराण यह सब तो सामान्य वेश्या की भांति है। परन्तु यह शाम्भवी मुद्रा कुल वधू के समान यत्न से गोप्या है अर्थात् गुप्त रखने के योग्य है।

सत्यं सत्यं पुनः सत्यं सत्यमुक्तं महेश्वर।
शाम्भवीं यो विजानाति स च ब्रह्म न चान्यथा॥

महेश्वर ने तीन बार कहा कि यह सत्य है, यह सत्य है, यह सत्य है जो

खेचरी मुद्रा के सम्बन्ध में ये श्लोक बहुत प्रसिद्ध हैं :

गोमांसं भक्षयेन्नित्यं पिबेदमरवारुणीम् ।
कुलीनं तमहं मन्ये चेतरे कुलघातकाः ॥

जो मनुष्य नित्य गो मांस खाता है और अमरवारुणी पीता है मैं उसको कुलीन मानता हूं। दूसरे लोग कुल घातक हैं।

गो मांस खाना और मद्य पीना सर्वथा निषिद्ध बातें हैं। इस श्लोक में इन शब्दों को प्रचलित अर्थ में लेना अनर्थकारी होगा। योगी सम्प्रदाय में इनके विशेष अर्थ हैं। तालू के निचले भाग में एक छेद है जो ऊपर की ओर जाता है। उसको कपालकुहर कहते हैं। खेचरी मुद्रा के अभ्यास के द्वारा जब जिह्वा बड़ी होते होते उस कुहर में प्रवेश करने लगती है तो इस क्रिया को गो मांस भक्षण कहते हैं। संस्कृत में गो शब्द का अर्थ गऊ, वाणी, इन्द्रिय और जिह्वा भी है। जिह्वा के स्पर्श से जब गर्मी उत्पन्न होती है उसके परिणामस्वरूप वहां कपाल कुहर से विशेष प्रकार का रस टपकता है। यह रस स्वादिष्ट होता है और अनन्त गुणों से सम्पन्न। उसको अमरवारुणी कहते हैं। श्लोक के रचयिता का तात्पर्य स्पष्ट है। जो इस विशिष्ट अर्थ में गो मांस खाता है और अमरवारुणी पीता है अर्थात् जो उच्च कोटि का योगी है वह कुलीन है। अन्य लोग वर्ण, शास्त्र ज्ञान और वैभव आदि में कितने भी बड़े क्यों न हों पर योगी की अपेक्षा निम्न कोटि के हैं।

हठयोगप्रदीपिका के टीकाकार ने ब्रह्मवैवर्त पुराण से एक श्लोक उद्धृत किया है जो इसी अर्थ का समर्थन करता है।

कृतार्थौ पितरौ तेन धन्य देश कुलं च तत् ।
जायते योगवान् यत्र, दत्तमक्षय्यतां व्रजेत् ।

योगाभ्यासी के जन्म से उसके पिता माता कृतार्थ हो जाते हैं। देश तथा कुल धन्य हो जाते हैं और उस स्थान में दान किया अक्षय हो जाता है। इसी प्रकार कूर्म पुराण का एक श्लोक कहता है

एककालं द्विकालं वा, त्रिकालं नित्यमेव वा ।
युंजते ये महायोगं विज्ञेयास्ते महेश्वराः ॥

जो लोग एक बार दो बार, तीन बार या नित्य योगाभ्यास करते हैं उनको महेश्वर मानना चाहिए।

ाणायाम

यों तो सामान्यत: प्राणायाम की विधि किसी से छिपी नहीं है। प्रत्येक ब्राह्मण, ़त्रिय और वैश्य से यह आशा की जाती है कि वह सन्ध्या वंदन करता होगा और उस उपासना का प्राणायाम एक अंग है। सभी लोगों ने यदि प्राणायाम स्वयं न किया होगा ो दूसरों को करते हुए देखा होगा। इस क्रिया के तीन अंग हैं : पूरक अर्थात् सांस को भीतर खींचना, रेचक अर्थात् सांस को बाहर निकालना और कुम्भक अर्थात् सांस को रोकना। कुम्भक दो प्रकार से होता है। एक तो पूरक करके सांस को भीतर रोकना और दूसरा रेचक करके उसको बाहर रोकना। पहले को आभ्यन्तर और दूसरे को बाह्य कुम्भक कहते हैं। साधारण नियम यह है कि पूरक जितनी देर में किया जाय उसका दूना समय रेचक और चौगुना समय कुम्भक पर लगना चाहिए। आरम्भ में इसमें स्वभावत: कठिनाई होगी। पूरक में जो समय लगता है उसको एक मात्रा कहते हैं। इसलिए समय के विधान को यों भी कहते हैं कि पूरक में एक मात्रा, कुम्भक में चार और रेचक में दो लगनी चाहिए। समय जानने के लिए योगभ्यासी घड़ी से काम नहीं लेता। वह प्राय: किसी मंत्र को जपने को अपनी घड़ी बनाता है। कुछ लोग यह काम ओंकार से लेते हैं। पूरक करने में जितनी बार ओंकार का उच्चारण करते हैं उसको एक मात्रा मानकर उसका चार गुना और दुगुना उच्चारण कुम्भक और रेचक में किया जाता है। परन्तु इसमें एक दोप है। ओंकार एक अक्षर का मंत्र है। उसके उच्चारण में बहुत कम समय लगता है और इसलिए ज्यों ज्यों अभ्यास बढ़ता है त्यों त्यों बहुत बार दुहराना पड़ता है और गिनती करने में मुख्य क्रिया की ओर से ध्यान हट जाता है। गिनने में भूल भी हो सकती है। इसलिए किसी बड़े मंत्र को लेना चाहिए। मेरी राय में इस काम के लिए तीन व्याहृति सहित गायत्री का उपयोग करना चाहिए।

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्।

यदि उत्साह और बढ़े और अभ्यास में वृद्धि हो तो सात व्याहृतियों के साथ भी उच्चारण किया जा सकता है।

ओं भूः ओं भुवः ओं स्वः ओं महः ओं जनः ओं तपः ओं सत्यम् ओं तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम्।

अभ्यास को बढ़ाने में बहुत जल्दी न हो नहीं तो हित का अहित हो सकता है। सन्ध्या करते समय जो थोड़ा सा प्राणायाम किया जाता है उसकी बात दूसरी है, परन्तु

योग के नाम से जो भी अभ्यास किया जाय वह उस विषय के जानकारो से पूछकर ही करना चाहिए। एक और बात है। या तो प्राणायाम के कई भेद है और वह सभी अपने अपने स्थान पर उपयोगी हैं, परन्तु जिस अभ्यासी को आगे जाना है और समाधि के क्षेत्र मे प्रवेश करना है उसको प्राणायाम के उस रूप को अपनाना होगा जिसमें पूरक और रेचक गौण हो जाते हैं और कुम्भक को ही प्रधानता दी जाती है। इस विधि को "केवल" कुम्भक कहते हैं।

ऊपर के अनुच्छेद मे मैंने उन लोगो का चर्चा किया जो आगे जाना चाहते है और समाधि की भूमियो मे प्रवेश करना चाहते हैं। वस्तुत तो ऐसा कोई अभ्यासी नही है जो इस बात को न चाहता हो। परन्तु कुछ लोगो को आसन और प्राणायाम की क्रियाओ मे इतना रस आता है कि उनके लिए यहा से आगे बढना कठिन हो जाता है। वह अपने कुम्भक काल की मात्राओ को बढ़ाते जाते हैं। घटो आसन का अभ्यास करते हैं। घटो ही क्यो सिद्धान्त तो महीनो और सालो तक ऐसा किया जा सकता है। जितनी देर तक वह कुम्भक की अवस्था मे रहगे उनकी मृत्यु नही हो सकती, न कोई व्याधि उनके शरीर को पकड सकती है, जरा का भी उन पर कोई प्रभाव नहीं पड सकता। ऐसे लोगों ने समाधि को भी खीचकर गणित के स्तर पर उतार लिया है। हठयोग की पुस्तको मे लिखा रहता है कि इतने प्राणायाम के बराबर धारणा, इतनी धारणाओ के बराबर एक ध्यान और इतने ध्यान के बराबर एक समाधि होती है। समाधि चित्त की अवस्था विशेष है। वह भौतिक वस्तुओ की भाति नापी, तौली, गिनी नही जा सकती परन्तु कुछ साधक ऐसा नही मानते। इसमें सन्देह नहीं कि ऐसे साधको को बहुत सी सिद्धिया प्राप्त होती हैं और उनको आनन्द की अनुभूति भी होती है। परन्तु इसमे बहुत सन्देह है कि वह वस्तुत समाधि पद तक पहुच सकते हैं यही हठयोग का मार्ग है। कुछ हठ अभ्यासी तो और नीचे रह जाते हैं। उनमे एक प्रकार की जड समाधि लग जाती है जिसको एक प्रकार की अचेतन अवस्था कह सकते हैं। बाहरी विषयो की ओर से वह सज्ञा खो बैठते है परन्तु भीतर कोई विशेष अनुभूति नही होती। इस अवस्था से उठने के बाद उनको उसकी उतनी ही स्मृति मात्र रह जाती है जितनी कि प्रगाढ निद्रा मे सोने वाले मनुष्य को। सुषुप्ति से उठने पर ऐसा कहा जाता है कि मैं बहुत सुख से सोया। इस प्रकार के हठ अभ्यासियो की समाधि का यही रूप है।

प्राण से तात्पर्य तथा प्राणायाम की उपयोगिता

इस स्थल पर एक प्रश्न उठता है। कम से कम ऐसे साधक के चित्त मे उठना चाहिए जो योगाभ्यास को बुद्धिपूर्वक करना चाहता हो, यन्त्र चालक की भाति नहीं।

साधक का मुख्य उद्देश्य अपने स्वरूप में स्थित होना अर्थात् आत्मसाक्षात्कार था। इसके लिए उसको यह वतलाया गया था कि चित्त की वृत्तियों का निरोध आवश्यक है। यम, नियम, मैत्री, ईश्वर, प्रणिधान आदि की आवश्यकता भी समझ में आती है। उन सव वातों का चित्त से सम्वन्ध देख पड़ता है। अतः उनका चित्तवृत्ति निरोध में सहायक होना वुद्धिसंगत जान पड़ता है। परन्तु आसन और प्राणायाम, वंध और मुद्रा तो शुद्ध भौतिक क्रियायें हैं। देह के विभिन्न अवयवों का व्यायाम है। उनसे और चित्त से क्या सम्वन्ध हो सकता है? हाथ, पैर और आंख या किसी अन्य अवयव को तोड़ मरोड़कर किसी विशेष स्थिति में रखने से चित्त की अवस्था पर क्या और क्यों हितकर प्रभाव पडना चाहिए?

यह शंका उचित है और यह प्रश्न स्वाभाविक है। परन्तु आसन और प्राणायाम को योग के अंगों में यों ही अकारण नहीं गिन लिया गया है।

चित्त चंचल है। उसमें वृत्तियों का प्रवाह कभी रुकता नहीं। यह वात प्रत्येक मनुष्य के अनुभव में आती है। इसके लिए किसी शास्त्र के अध्ययन की आवश्यकता नहीं है। प्रयत्न करके स्यात् हवा को रस्सी से वांधा जा सके परन्तु चित्त को वस में लाना वहुत कठिन है। सदैव और सर्वत्र साथ रहता है। उसके सहयोग के विना न तो किसी विषय का ज्ञान हो सकता है और न कोई काम हो सकता है। परन्तु चित्त न किसी ज्ञानेन्द्रिय का विषय वनाया जा सकता है न किसी कर्मेन्द्रिय का। किसी प्रकार पकड़ में नहीं आता। ऐसी वस्तु का निग्रह किस प्रकार किया जाय? इस सम्वन्ध में योग के आचार्यों ने उस उपाय से काम लिया है जिसको शत्रु पर विजय पाने के लिए काम में लाते हैं। इस वात का अन्वेपण किया जाता है कि शत्रु का कोई सहायक या समर्थक है या नहीं। यदि समर्थक प्रधान शत्रु की अपेक्षा कुछ दुर्वल हुआ तो पहले उसी पर आक्रमण किया जाता है। यदि वह परास्त किया जा सका तो शत्रु का वल क्षीण हो जाता है, और उसका उत्साह टूट जाता है। ऐसी अवस्था में उसके ऊपर विजय पाने की सम्भावना वहुत वढ़ जाती है। योग के आचार्यों ने देखा कि चित्त और शरीर विशेषतः शरीर के उस अंश का जिसको नाड़ी संस्थान कहते हैं चित्त पर वड़ा प्रभाव है। सच तो यह है कि चित्त और नाड़ी संस्थान एक दूसरे के अन्योन्याश्रित हैं। चित्त के चंचल होने से नाड़ियां और नाड़ियों के चंचल होने से चित्त चंचल होता है। ऐसा लगता है कि साधक को एक साथ दो प्रवल शत्रुओं का सामना करना होगा। परन्तु यद्यपि चित्त और उसके सहचर दोनों ही प्रवल हैं फिर भी नाड़ि संस्थान से युद्ध करने में कुछ सुविधा है। वह शरीर का अंग है। हम शरीर से जन्म से ही काम लेते आये हैं। चित्त को वस में करने का कभी प्रयास किया गया हो या न किया गया हो परन्तु घर में, शिवालय में, सभा समाज में, वहुत से ऐसे अवसर आये हैं जव शरीर को

दबाना पड़ा है। चित्त को वश में लाना इसलिए बहुत कठिन हो जाता है कि उसका कोई निश्चित स्थान समझ में नहीं आता। शरीर का प्रत्येक भाग देखा और जाना जा सकता है। योगी को यह आशा होती है कि जब एक बार उसको शरीर, मुख्यतः नाड़ीसंस्थान को स्ववश करने में विजय प्राप्त हुई तो चित्त एक प्रकार से स्वयं ही वश में हो जायगा।

शरीर में जहां हड्डी, मांस आदि पदार्थ हैं वहां नाड़ियां भी हैं। बहुत सी नाड़ियां पतले सूत की भांति होती हैं। शरीर के प्रायः प्रत्येक भाग में नाड़ियों का जाल फैला हुआ है। बाहरी भाग अर्थात् चमड़े के प्रायः हर बिन्दु पर दो दो नाड़ी तन्तु विद्यमान हैं।

इन तन्तुओं का काम है बाहर की बातें भीतर पहुंचाना और भीतर की प्रतिक्रिया बाहर पहुंचाना। यदि मेरे पांव के पास सड़क पर जलता कोयला पड़ा हो, और दैवात् पांव कोयले से छू गया तो तत्काल ही दोनों तन्तुओं में से एक में कम्पन आरम्भ होगा। कम्पन मस्तिष्क तक पहुंच जायगा और फिर मस्तिष्क से दूसरे प्रकार का कम्पन दूसरे तन्तु के द्वारा उस स्थान तक पहुंचेगा जो कोयले के स्पर्श में है और पांव तुरन्त पीछे खींच लिया जायगा।

१"शरीर में मेरुदंड के भीतर जो नाड़ीरज्जु है उसे सुषुम्ना कहते हैं। उसमें स्थान स्थान पर नाड़ीकोष हैं जिनमें से नाड़ीतन्तु निकले हुए हैं। इनमें से कुछ तो शाखा प्रशाखा में बटकर शरीर के बहिर्भाग में फैले हुए हैं और कुछ ऊपर कंठ की ओर जाते हैं। इसी प्रकार शिर के भीतर मस्तिष्क है जो नाड़ीकोषों और तन्तुओं का गुच्छा है। मस्तिष्क और सुषुम्ना का मेल जहां होता है उस जगह को ब्रह्मरन्ध्र कहते हैं। सुषुम्ना तो वहीं समाप्त हो जाती है परन्तु उसमें स्थित नाड़ीकोष्ठों से आये हुए तन्तु मस्तिष्क में जाते हैं। वहां उनका विशेष केन्द्रों से सम्बन्ध होता है। आंख, कान, नाक और जिह्वा से आये हुए तन्तुओं का भी मस्तिष्क से सीधा सम्बन्ध है। बाह्य विषयों के आघात से नाड़ी तन्तु प्रकम्पित होते हैं। यह प्रकम्पन उनके मूल नाड़ी कोष्ठ तक पहुंचता है। यदि वह कोष्ठ सुषुम्ना में है तो ऊपर जाने वाले तन्तु क्षोभ को मस्तिष्क तक पहुंचाते हैं। आंख, कान से आये तन्तु और उनके कोष्ठ मस्तिष्क को सीधे क्षुब्ध कर सकते हैं। यदि क्षोभ हल्का हुआ तो चित्त पर प्रभाव नहीं पड़ता, परन्तु यदि बाहरी आघात तीव्र हो तो मस्तिष्क में उग्र क्षोभ होगा और फिर चित्त पर भी प्रभाव पड़ेगा। आघात पहुंचानेवाली वस्तु का मन में संवित् के रूप में प्रवेश होगा। संवित् से प्रत्यय बनेगा और फिर बुद्धि अध्यवसाय करेगी। अध्यवसाय के फलस्वरूप

---

१ मेरी पुस्तक चिद्विलास से अवतरित।

यदि कोई संकल्प हुआ तो वह फिर मस्तिष्क में क्षोभ रूप से प्रकट होगा और मस्तिष्क से नाड़ीकोष्ठों और तन्तुओं द्वारा मांस पेशियों तक पहुंचेगा। इस प्रकार सुषुम्न और मस्तिष्क मिलाकर जो नाड़ीसंस्थान है वही वाहरी जगत् से सम्बन्ध का साधन होता है। उसके द्वारा वाहरी वस्तु की क्रिया चित्त पर ज्ञान के रूप में और चित्त की प्रतिक्रिया वाहरी वस्तु पर शरीर की चेष्टा विशेष के रूप में होती रहती है। जब तक नाड़ीसंस्थान काम करता रहेगा तब तक चित्त का विक्षिप्त रहना स्वाभाविक है।"

यह तो एक प्रकार की नाड़ियां हुईं। यह हमारा सम्बन्ध वाहर से बनाये रहती हैं। प्राय: इनके द्वारा चित्त में तथा चित्त के द्वारा शरीर के विभिन्न स्थानों में क्षोभ उत्पन्न होता रहता है। ऐसी भी नाड़ियां हैं जिनका कार्य क्षेत्र शरीर के भीतर तक सीमित है, यद्यपि उनके अधिकार क्षेत्र का बहुत बड़ा महत्त्व है। इन नाड़ियों का शरीर के उन अंगों से सम्बन्ध रहता है जिनमें जीवनोपयोगी काम निरन्तर होते रहते हैं, सोने के समय भी नहीं रुकते। उदाहरण के लिए, भोजन के पचने के काम को लीजिए। यह काम प्राय: चौबीस घंटे होता रहता है और स्वस्थ शरीर में इसका पता भी नहीं लगता। परन्तु यदि शरीर में किसी प्रकार का रोग का प्रवेश हो जाय तो फिर तत्रस्थ नाड़ियां क्षुब्ध हो जाती हैं और हमको इस वात की सूचना कि पाचन का काम ठीक ढंग से नहीं हो रहा है उदर पीड़ा के रूप में ज्ञात हो जाता है। शरीर में कुछ ऐसे स्थान भी हैं जहां दोनों प्रकार की नाड़ियां मिलती हैं।

जिन जगहो में वहुत सी नाड़ियां मिलती हैं उनको चक्र कहते हैं। चक्र तो शरीर में वहुत हैं परन्तु कई कारणों से योगाभ्यास की दृष्टि से इनमें से छः का विशेष महत्त्व है। यह सीवन में, लिंग मूल में, नाभि में, हृदय में, कंठ में और भ्रूमध्य में स्थित हैं और क्रमश: उनको मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूरक, अनाहत, विशुद्ध और आज्ञा कहते हैं। योग के आचार्यो का कथन है कि प्रत्येक चक्र में से विशेष ध्वनियां निकलती रहती हैं जिनकी समता वर्णमाला के विशेष अक्षरों से होती है। अब से ऊपर मस्तिष्क के ऊपरी भाग में सातवां चक्र है जिसे सहस्रार कहते हैं।

वहुत से लोग ऐसा समझते हैं कि प्राणायाम शब्द में जो प्राण अंश है उससे सांस का तात्पर्य है। यह वहुत वड़ी भ्रान्ति है और दु:ख का विषय यह है कि ऐसी गलती वैद्य लोग करते हैं। इससे भी वढ़कर दु:ख और आश्चर्य का विषय यह है कि कई ऐसे लोग जो स्वयं योगाभ्यासी हैं और शिष्यों को योगाभ्यास की दीक्षा देते हैं वह भी ऐसी ही भूल करते हैं। ऐसा कह दिया जाता है कि योगाभ्यास के द्वारा सांस सुषुम्ना के द्वारा ब्रह्मांड में चढ़ायी जाती है। यह सर्वथा असम्भव है। सुषुम्ना कोई गुप्त वस्तु नहीं है। उसकी लम्वाई प्राय: पीठ की लम्बाई के वरावर है, मोटाई मनुष्य की कनिष्ठा अंगुली के वरावर है। आंख से देखी जा सकती है। ठोस है। उसमें कोई ऐसा छिद्र

नही है जिसके द्वारा हवा उसमे प्रवेश कर सके और न कोई ऐसी नली है जिसमे साँस ब्रह्माड तक जा सके। वस्तुत इस प्रसग मे प्राण शब्द का अर्थ साँस नही है। शक्ति को जो शरीर का और उसमे होनेवाले सारे कामो का सचालन करती है कहते है। भौतिक स्तर पर जो क्रियायें हो रही है जैसे अन्न का पचना, मांस पे का मडना, देह का हिलना, नाडी तन्तुओ पर प्रकाश, शब्द आदि का आघात यह सब प्राण के द्वारा होता है। इसी प्रकार चित्त मे जो भी वृत्तिया उठती रह उन सब का आधार और स्रोत प्राण है। इसीलिए प्राण को शरीर मे परमात्म का प्रतिनिधि मानते हैं। सुषुम्ना के द्वारा जिस पदार्थ की गति होती है वह प्रा साँस नही। योगाभ्यास मे योगी प्राण से काम लेता है।

सुषुम्ना के दाहिने और बायें दो नाडिया हैं—उनको नाडी न कहकर नाडि का गुच्छा या नाडी ततुओ की गुथी हुई वेणी कहना स्यात् अधिक यथार्थ होगा— भ्रूमध्य से होती हुई मस्तिष्क तक जाती है। परन्तु ऊपर जाने के पहले ये दोनो भ्रू मे अपने मार्ग बदल लेती है। बायी ओर से आनेवाली नाडी मस्तिष्क के दाहिनी और दाहिनी ओर से आनेवाली बायी ओर चली जाती है। उनमे वाम नाडी का इडा और दाहिनी का पिंगला है। इडा को हिन्दी मे बहुधा इगला भी कह दिया हैं। यह नाम सम्भवत पिंगला से तुक मिलाने के लिए पड गया होगा। चूकि भ्रूम मे इडा, पिंगला, और सुषुम्ना तीनो नाडिया स्थित है इसलिए इस स्थान को त्रिवे से उपमा दी जाती है। इडा गगा और सोम नाडी कहलाती है। पिंगला यमुना सूर्य नाडी कही जाती है तथा सुषुम्ना सरस्वती और अग्नि नाडी के नाम से प्रसिद्ध है

और आगे बढ़ने से पहले मैं एक शका का उल्लेख और समाधान कर देना उचि समझता हू। यह पूछा जा सकता है कि जब योगाभ्यास मे साँस का कोई काम नही है तो फिर आसन से बैठने और रेचक आदि की श्रमसाध्य क्रिया किस लिए जाती है। वस्तु स्थिति यह है कि यह सब श्रम अकारण नही किया जाता इसलि किसी ऐसे आसन के आश्रय लेने से जिससे देर तक बैठा जा सके और शरीर को विशे कष्ट न हो, शरीर को क्षुब्ध करने वाली चेष्टायें प्राय शान्त हो जाती हैं। हृदय गति जो चलने फिरने मे सवेग हो जाती है धीमी पड जाती है। रक्त का प्रवाह शान्त होने लगता है और श्वास प्रश्वास मे भी तेजी नही रहती, उसकी गति से विषमता दूर हो जाती है। शरीर की सारी क्रियाओ का प्रवाह एकरस सा हो जाता है पूरक आदि के थोड से अभ्यास से श्वास प्रश्वास का और भी नियंत्रण हो जाता है। उसमें सगीत जैसा आरोह अवरोह, काव्य जैसा लय, आ जाता है। यदि और कुछ न किया जाय तब भी निश्चल सा हो जाता है जिसके फलस्वरूप प्राण भी निश्चल और असुक हो जाता है। बाहर से इन्द्रियो पर विषयो का आघात यथासम्भव रुक जाने से भी

निश्चलता आ जाती है। और फिर, जैसा कि हम बतला चुके हैं, प्राणों की चंचलता रुक जाने से चित्त की चंचलता भी रुक सी जाती है जो साधक का उद्देश्य है।

चक्रों में प्राण की गति

प्राणायाम के फलस्वरूप प्राण की गति चक्रों में होती है। यों तो स्वभावतः बिना किसी प्रयास के प्राण चक्रों में चढ़ता उतरता रहता है। ऐसा न हो तो शरीर की गति बन्द हो जाय। प्राणों की इस सहज गति को अजपा जप या अजपा गायत्री कहते हैं। परन्तु अभ्यास के द्वारा योगी उसको विशेष क्रम से और नियत दिशा में नियंत्रित करता है। एकान्त में बैठकर जब प्राणायाम का अभ्यास होता है तो धीरे धीरे प्राण शरीर के अंगों से क्रमशः खिचता है। वह अंग एक प्रकार से विशेष संज्ञाहीन हो जाते हैं। अन्त में वह मस्तिष्क में जाकर टिकता है।

यह शरीर जिसे पिंड भी कहते हैं ब्रह्मांड का, छोटे आकार का चित्र है। ब्रह्मांड में जो विभिन्न लोक हैं उन सब का एक प्रकार का नकशा शरीर में खिचा हुआ है। प्रत्येक चक्र बाहर के किसी न किसी लोक विशेष से सम्बद्ध है और प्रत्येक चक्र में वह देवता स्थित है जो उस बाहर के लोक की अभिमानी है। जिसे उदाहरण के लिए, दूसरे चक्र अर्थात् स्वाधिष्ठान का स्वामी ब्रह्मा, तीसरे मणीपूरक का स्वामी विष्णु और चौथे अनाहत का स्वामी रुद्र है। ज्यों ज्यों प्राण इन चक्रों तक पहुंचता है त्यों त्यों साधक को तत् तत् चक्र के स्वामी का दर्शन होता है और उसकी तत् तत् लोक में गति होती है। दो चक्रों के बीच में सुषुम्ना का जो अंश पड़ता है उसमें प्राण ज्यों ज्यों आरोहण करता है त्यों त्यों साधक के बीच के लोकों से सम्बद्ध होता है और उनके स्वामियों का दर्शन होता है। यह हो ही नहीं सकता कि कोई साधक प्राण अभ्तास करे और उसको इस प्रकार की अनुभूति न हो।

कुंडलिनी

यह एक ऐसा शब्द है जो योग सम्बन्धी वैदिक वाङमय में कहीं नहीं मिलेगा। उपनिषदों में योग सम्बन्धी जो चर्चा है वह सूक्ष्म संकेत के रूप में है। उदाहरण के लिए कठोपनिषद् का एक मंत्र कहता है :

शतं चैका च हृदयस्य नाडयः, तासां मूर्धानमभितिष्ठत्येका।
तयोर्ध्वम् आयन्नमृतत्वमेति, विष्वङङ्न्या उत्क्रमणे भवन्ति ॥

इसका अर्थ है हृदय में सौ और एक नाड़ियां हैं। इनमें से एक मूर्धा की ओर

निकली है। उसके द्वारा ऊपर आकर मनुष्य अमृतत्व को प्राप्त होता है और दूसरी नाडिया योनियो को प्राप्त कराती है।

इस मन्त्र मे शतम् का अर्थ सौ न मानकर यदि "बहुत सी" किया जाय तो अधिक उचित होगा। सब नाडिया हृदय से तो होकर नही गयी है। इसलिए हृदय शब्द को *व्यापक रूप से शरीरवाची मान सकते हैं। जिस एक नाडी का विशेष रूप से चर्चा है* वह निश्चय ही सुषुम्ना है। और नाडिया तो विविध योनिया की ओर ले जाती हैं। ऐसा कहने का तात्पर्य यह है कि किसी ऐसे शरीर मे जायगा जहा वह जन्म और मरण के घेरे म रहेगा। एक सुषुम्ना का आश्रय लेनेवाला मोक्ष को प्राप्त कर सकता है। श्वेताश्वतर उपनिषद् से भी कुछ अश पहले उद्धृत किया जा चुका है। वहा भी योग की विधि कुछ बहुत विस्तार से नही दी गयी है। मुख्य उपनिषदो मे इससे अधिक कही नही मिलता। योगशिख इत्यादि मे अधिक ब्योरा दिया हुआ है। परन्तु उनकी प्रामाणिकता उतनी सर्वमान्य नहीं है। कुडलिनी का चर्चा प्राचीन बौद्ध वाङमय मे भी नही है। जहा तक मैं जानता हू बुद्धदेव ने भी इसका कभी नाम नही लिया। पतजलि और उनके भाष्यकार व्यास ने भी इस शब्द का व्यवहार नही किया है। परन्तु तत्र ग्रन्थो में कुडलिनी का विशद रूप से चर्चा आया है और आजकल कुछ ऐसी मान्यता हो गयी है कि जो कुडलिनी को जगाता नही उसकी योगाभ्यास की भूमिकाओं मे कोई गति नही है। ऐसा कहते हैं कि कुडलिनी शक्ति है, पराशक्ति का स्वरूप है। वह नागिन के आकार की है और शरीर मे साढे तीन लपेटे मारकर अपनी पूछ को अपने मुँह म दबाये हुए नाभि मे रहती है। कुछ लोगो के अनुसार उसका स्थान मूलाधार चक्र मे है। जब योगी प्राणायाम का अभ्यास करता है तो प्राण के आघात से उसकी निद्रा टूटती है और वह पूछ को मुह से निकालकर ऊपर की ओर चक्रो मे चढ़ती है। अन्त म सहस्रार तक पहुचती है। वहा शिव शक्ति का मिलन होता है और योगी मोक्ष पदवी प्राप्त करता है। कुडलिनी का निवास कहा है और वह क्या काम करती है इसके सम्बन्धमे श्री शकराचार्य की सौन्दर्यलहरी का यह श्लोक उदाहरण रूप से द्रष्टव्य।

सुधाधारासारैश्चरणयुगलान्तर्विगलितै
प्रपच सिचन्ती पुनरपि परास्नायमहसा।
अवाप्य स्वा भूमि भुजगनिभमध्युष्टवलय,
स्वमात्मान कृत्वा स्वपिषि कुलकुण्डे कुहरिणि॥

इसका अर्थ यह है कि दोनो चरणो के बीच मे विगलित होते हुए अमृत की धारा की बिन्दुओ से प्रपच को सीचती हुई, परमात्मा के ज्ञान को लोक मे वितरित करती हुई

अपने स्थान को प्राप्त करके अपने को सर्वाकार बनाकर, हे गर्त में रहने वाली, आप कुलकुंड में सोती हैं। इस श्लोक में कई शब्द ऐसे हैं जिनका व्यवहार समाधि भाषा में हुआ है। दोनों चरणों से तात्पर्य इड़ा और पिंगला से है। उनके बीच में सुषुम्ना है। योगाभ्यास करते समय जब प्राण सुषुम्ना में उर्ध्वगामी हो जाता है तो ब्रह्मरन्ध्र से अमृत की वर्षा होती है। प्रपंच से तात्पर्य शरीर से है। अतः कहने का तात्पर्य यह है कि साधक के शरीर को कुंडलिनी के प्रसाद से ब्रह्मरन्ध्र से टपकते हुए अमृत के बिन्दु प्लावित करते हैं। कुंडलिनी पराशक्ति है। वह मोक्ष की प्राप्ति का जो परमार्ग है उस मार्ग का मूर्तिमती ज्ञान है, कुलकुंडे से नाभि से तात्पर्य है। इस नाभिकुंड में निवास करने के कारण उसको कुहरिनी अर्थात् गर्त्त में रहने वाली कहा गया है। वह वहीं सोती रहती है।

साधक अपने अभ्यास के बल से उसको जगाता है और फिर ज्यों ज्यों वह सीधी होकर ऊपर चढ़ती है शक्ति, ज्ञान, और आनन्द का अनुभव करता है।

प्राचीन वाङमय में कुंडलिनी शब्द के अभाव से यह अनुमान हो सकता है कि प्राचीन काल में लोग योग की उन ऊंची चोटियों तक नहीं पहुंचे थे जहां इस शक्ति का साक्षात्कार होता है। परन्तु ऐसा मानना समीचीन नहीं प्रतीत होता। मेरा ऐसा अनुमान है कि यह नाम ऐसे दृग्विषय को दिया गया है जिससे पुराकाल में योगी भी भली प्रकार परिचित थे। मेरी समझ में तो यह अनावश्यक नामकरण है। कुंडलिनी प्राण का ही नामान्तर है। जैसा कि पहले लिखा जा चुका है, प्राण शक्ति की प्रेरणा से शरीर में भौतिक और बौद्धिक स्तर पर सारे काम होते हैं। प्राण शरीर में पराशक्ति और उससे अभिन्न परमात्मा का प्रतीक और प्रतिनिधि है। उसी प्राण का जो रूप आध्यात्मिक स्तर पर काम करता है जिसका अनुभव प्राणायाम की अवस्था में साधक को होता है, उसी का नाम कुंडलिनी है। वह साधारण मनुष्य में सोयी रहती है। परन्तु जो मुमुक्षु होकर आध्यात्मिक जगत् में प्रवेश करता है और यम आदि के द्वारा अपने शरीर और चित्त को शुद्ध करके प्राणायाम की क्रिया पर आरूढ़ होता है तो वह सोयी हुई शक्ति को हठात् जगाता है। मैं तो यह निवेदन करना चाहता हूं कि कुंडलिनी का स्थान नाभि नहीं प्रत्युत वह मूलाधार चक्र है जो साधक की लम्बी यात्रा में पहला स्टेशन है। जिस प्रकार कोई सोया हुआ मनुष्य अंगड़ाइयां लेता है और फिर झपकियां ले लेता है उसी प्रकार कुंडलिनी भी जागती है। यदि साधक अभ्यास छोड़ बैठा तो कुंडलिनी फिर सो जायगी। परन्तु यदि वह अपने परिश्रम में दृढ़ रहा तो फिर उसको उठना ही पड़ेगा। उसको नागिन कहा गया है। नागिन का पर्याय है सर्पिणी और सृप धातु का अर्थ होता है रेंगना। जिस प्रकार सर्पिणी रेंगती है उसी प्रकार प्राण शक्ति

अपने स्वरूप के निकट आता जाता है। वह परमात्मा से अभिन्न है। अपने को भूला हुआ है नहीं तो उसके भीतर सारे ज्ञान, सारे आनन्द, सारी शक्ति का भंडार है। ज्यों ज्यों वह ऊपर चढ़ता है या यों कहिए कि ज्यों ज्यों प्राण के ऊपर चढ़ने से वह अपने वास्तविक स्वरूप के निकट आता जाता है त्यों त्यों उसको ज्ञान, शक्ति और आनन्द की अधिक से अधिक अनुभूति होती जाती है सहस्रार में पहुँचकर यात्रा समाप्त होती है। जीव शिव हो जाता है। जीवात्मा और परमात्मा का कल्पित भेद मिट जाता है। इसी को शिव शक्ति का मिलन कहते हैं।

यदि पुस्तकों को पढ़कर कोई यह समझता हो कि शरीर में साढ़े तीन लपेटे मारकर और अपनी पूँछ को अपने मुँह में दबाकर कोई नागिन किसी जगह बैठी है तो यह उसका मति विभ्रम है। जब कोई ऐसी नागिन है ही नहीं तो सुषुम्ना के साथ उसके सहस्रार जाने का प्रश्न ही नहीं उठता। यह स्मरण रहे कि सहस्रार मस्तिष्क का ऊपरी भाग है। कुंडलिनी को नागिन कहना केवल आलंकारिक भाषा है जिसमें एक विशेष प्रकार के प्रतीक से काम लिया गया है। इस पृथिवी का धारक नाग है। जिसको शेषनाग कहते हैं। नाग की आयु बड़ी लम्बी मानी जाती है। कुंडलिनीरूपी प्राण शरीर का धारक है और वह नित्य है। इसलिए कुंडलिनी का नाग शरीरधारी कहा गया है। प्रतीकों के अध्ययन से ऐसा प्रतीत होता है कि अपनी पूँछ को अपने मुँह में लिए हुए साँप इस बात का प्रतीक माना जाता है कि जो आदि है वह अन्त है। शिव की पराशक्ति जगत् की कर्त्री भी है और संहर्त्री भी। स्वयं अपने में से इस जगत् रूपी प्रपंच को निकालती है। स्वयं उसको निगल जाती है। इसलिए वह ऐसी नागिन बतलायी गयी है जो अपने मुख में अपनी पूँछ को डाल रहती है। जब चाहती है अपने मुँह से बाहर कर देती है और फिर अपनी इच्छा से मुँह में डाल लेती है। सबसे बड़ी बात यह है कि कुंडलिनी वाक् का ही दूसरा नाम है। शरीर में वाक् ही पराशक्ति है। उसके पश्यन्ती मध्यमा और वैखरी तीन और रूप भी हैं परन्तु उसका सबसे सूक्ष्म रूप वह है जिसको परा कहते हैं। यह परावाक् ओंकारस्वरूप है। ओंकार की तीन मात्रायें ऐसी हैं जिनका उच्चारण हो सकता है आधी मात्रा वह है

यानुच्चार्या विशेषतः ।

जो विशेष रूप से अनुच्चार्य है। इस प्रकार ओंकार की साढ़े तीन मात्रायें हैं। कुंडलिनी अर्थात प्राण की वह शक्ति जिसका अनुभव योगी को प्राणायाम के द्वारा होता है इसी पराशक्ति का दूसरा नाम है। इसलिए इस नागिन को साढ़े तीन वलययुक्त कह सकते हैं। जब योगी पूर्ण समाधि को प्राप्त होता है तो परावाक् का अनुभव होता है। उसी समय प्राण रूपी शक्ति का भंडार उसके लिए खुल जाता है और वह ज्ञान

यदि इस बात को बिना समझे कोई अपने शरीर में किसी वास्तविक नागिन को ढूंढ़ निकालना चाहेगा तो उसका प्रयास निष्फल होगा। इतना ही नहीं उसकी व्यग्रता इतनी बड़ी हो सकती है कि उसकी कल्पना उसके सामने किसी प्रकार की नागिन जैसी आकृति लाकर खड़ी कर दे। यह उसकी मनः प्रसूति हानिकारक भी हो सकती है। ऐसी घटनाएं हुई हैं जिनमें साधक को नागिन की खोज में प्राणों से हाथ धोना पड़ा है या उन्माद मोल लेना पड़ा है। मैं जान बूझ कर इस विषय को विस्तार से नहीं लिखना चाहता।

यह एक ऐसा विषय है जिसके सम्बन्ध में कुछ विशेष कहना सुनना न सम्भव है और न उचित। यह बातें तो गुरु मुख से ही जानने की होती हैं। मेरा तो इसका चर्चा करने का एक उद्देश्य था और वह यह कि कोई साधक हताश न हो जाय। जैसा कि मैंने कहा है कुंडलिनी शब्द का व्यवहार पीछे से होने लगा है और सम्भवतः यह योगियों में सर्वत्र प्रचलित नहीं है। कबीर इत्यादि संतों ने भी इस शब्द से काम नहीं लिया है और सम्भव है कि साधक के गुरुदेव जिस कुल के हों उसमें भी इसका चलन न हो। साधक को इस बात से कहीं यह भ्रम न हो जाय कि मैं योग के ठीक पथ पर नहीं चलाया जा रहा हूं।

इस सम्बन्ध की मुख्य बातें और मुख्य अवधान तो सद्गुरु से प्राप्त होंगी ही फिर भी दो एक बातों की ओर ध्यान आकृष्ट करता हूं।

यदि साधक आसन पर स्थिरता से बैठा और अपने चित्त में एकाग्रता ला सका है तो उसको वह अनुभूति होनी चाहिए जिसको कुंडलिनी जगाना कहते हैं या प्राण का आयाम कहा जाता है। शरीर स्तब्ध हो जायगा। ऐसा स्पष्ट मालूम होगा कि नीचे से कोई चीज ऊपर की ओर बढ़ रही है, पीठ की ओर से रेंगती हुई ऊपर जा रही है और सीने पर एक प्रकार का तनाव प्रतीत होगा। कंठ कुछ अवरुद्ध सा हो जायगा। एक प्रकार से डर छा लेगा और सम्भव है कि कोई डरावनी वस्तु भी देख पड़े। इसके साथ ही कुछ और अनुभव भी होंगे जिनकी ओर अगले अध्याय मे संकेत किया जायगा। यदि इस प्रकार का अनुभव हो तो यह साधक का बड़ा भाग्य है। कदापि डरना न चाहिए। यदि डर हुआ कि स्यात् मेरी मृत्यु न हो जाय या किसी अन्य प्रकार का विचलन हुआ तो फिर यह अनुभव क्षण भर में समाप्त हो जायगा। प्राण फिर नीचे चला जायगा। कुंडलिनी जहां से उठी थी वहां जाकर फिर सो जायगी। इस अवसर पर बड़ी दृढ़ता से काम लेना चाहिए। इसी दृढ़ता पर सफलता निर्भर करती है।

श्रम के फलस्वरूप यदि शरीर में से प्रस्वेद निकल पड़े तो उस पसीने को शरीर में ही मल लेना चाहिए अन्यथा वीर्य के दुर्बल होने की सम्भावना होती है। यदि

होंगे। सबसे बड़ा फल तो यह है जिसकी चर्चा मैंने ऊपर के अनुच्छेद मे किया है। प्राण का चक्रो मे उठना और साधक की आध्यात्मिक उन्नति। इसके पहले और भी कई बातें होती हैं जो श्रद्धा और उत्साह को बढ़ाती हैं। पतजलि ने इन बातो की ओर इन दो सूत्रो मे सकेत किया है .

ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् । (२,५२)
और
धारणासु च योग्यता मनसः । (२,५३)

उससे प्रकाश का आवरण क्षय हो जाता है और मन को धारणाओ मे स्थिर रखने की योग्यता आती है। मनुष्य बार बार जन्म मरण के वशीभूत इसलिए होता है कि वह इन्द्रियो के विषयो के साथ तादात्म्य करता रहता है। उसकी बुद्धि पर यही अन्धेरा छाया रहता है। प्राणायाम के अभ्यास से यह अन्धेरा बहुत कम हो जाता है और वह अपने को विषयो से पृथक् करने मे अधिक समर्थ अनुभव करता है। इसके फलस्वरूप वह कारण जो उसको बारबार जन्म और मरण की ओर प्रेरित करते हैं दुर्बल हो जाते हैं। इसलिए वह बधन मे डालने वाले कर्मों से ऊपर उठने मे समर्थ होता जाता है। एक और बात होती है। धारणा को राजयोग की पहली सीढी कह सकते हैं उसके लिए भी साधक की योग्यता बढ जाती है।

एक बार फिर सतर्क कर देना चाहता हू। यदि प्राणायाम की मात्रा बढ़ाते जाना ही समाधि तक पहुचने का एकमात्र साधन होता तो फिर किसी भी साधक को दूसरा परामर्श देना सम्भव ही न होता। सबसे यही कहना होता कि इस काम को परिश्रम के साथ सम्पन्न करो, परन्तु समाधि के और भी मार्ग हैं जिनमे से कुछ का वर्णन आनेवाले दो अध्यायो मे होगा। इसलिए कुडलिनी के उद्बोधन की प्रक्रिया अनिवार्यतया आवश्यक नही है। आसन और प्राणायाम का थोडा सा अभ्यास सबको ही करना होता है परन्तु इन क्रियाओ को हठयोग की सीमा तक ले जाना सर्वथा ऐच्छिक है। कम से कम इतना तो ध्यान रखना ही चाहिए कि शीघ्र सफलता प्राप्त हो, इस उतावलेपन मे आकर जल्दी नही करनी चाहिए और न श्वास प्रश्वास को रोकने में बहुत बल लगाना चाहिए, अन्यथा कई प्रकार के शारीरिक और मानस रोगो का उभर आना सम्भव है।

प्रत्याहार

इस अध्याय के शीर्षक मे प्रत्याहार का भी उल्लेख था। पतजलि ने इस शब्द की परिभाषा इस प्रकार की है

स्वविषयासंप्रयोगे चित्तस्य स्वरूपानुकार
इवेन्द्रियाणाम् प्रत्याहारः। (२,५४)

अपने विषय से सम्पर्क न होने से इन्द्रियों के चित्त स्वरूप का अनुसरण सा करना प्रत्याहार कहलाता है।

जो साधक बराबर यम आदि के निरन्तर अभ्यास से और भक्तियोग तथा कर्मयोग द्वारा चित्त को शुद्ध रखता है और इसके सिवाय प्राणायाम करके उसके मल को दूर करता रहता है उसकी इन्द्रियां अपने अपने विषयों से उचट जाती हैं। विषय उनके विरस लगने लगते हैं। उनकी ओर झुकाव नहीं होता। इसलिए उनके साथ संप्रयोग अर्थात् सम्पर्क नही होता। साधारण मनुष्य का चित्त तो ऐसी दशा में भी जब उसको इन्द्रियों के विषय प्राप्त नहीं होते उनकी ओर बढ़ता रहता है। शरीर से सम्पर्क न हुआ न सही, मनुष्य उनका ध्यान करता है। जब साधक की आध्यात्मिक उन्नति होती है तो चित्त का भी विषयों की ओर से रुझान जाता रहता है। अब चित्त और इन्द्रिय दोनों विषयों की ओर से परांगमुख हो जाती हैं। इस सम्बन्ध में यह कह सकते हैं कि इन्द्रियां चित्त का अनुकरण करती हैं। परन्तु यथार्थ अनुकरण नहीं होता. चित्त को बाहरी विषयों से हटकर आभ्यन्तर विषयों की ओर लगता है। ऊर्ध्वलोकों में प्रवेश करता है। परन्तु इन्द्रियां यह नहीं कर सकतीं। विषयों की ओर से तो हट जाती है परन्तु विषयों को छोड़कर किसी अन्य पदार्थ को ग्रहण करने की उनमें शक्ति नहीं है। इसलिए वह विराम को प्राप्त हो जाती हैं। प्रत्याहार का अर्थ है लौटाना। इन्द्रियां अपने विषयों से लौटायी जाती है या लौट आती हैं। इसलिए इस प्रक्रिया को प्रत्याहार कहते हैं। इस अवस्था तक पहुंच जाने के बाद :

ततः परमा वश्यतेन्द्रियाणाम् । (२,५५)

अर्थात् प्रत्याहार की पूर्णता से इन्द्रियों की परमवश्यता हो जाती है अर्थात् इन्द्रियां पूर्णतया अपने वस में हो जाती हैं।

यहां दो बातें ध्यान में रखने की हैं। पहली बात तो यह है कि भले ही इन्द्रियां अपने वस हैं हो जायं परन्तु उनका अभाव नहीं होता। जब तक शरीर है और मनुष्य समाधि की अवस्था में नहीं बैठा है तब तक इन्द्रियां जागृत रहेंगी और उनके विषय भी सामने रहेंगे। यदि योगीश्वर शंकर भी ऐसी अवस्था में हों तो उनकी दृष्टि विषय पर पड़ जायगी। परन्तु इससे यह बात सिद्ध नहीं होती कि इन्द्रियों के प्रति उनको अवशता है। जब तक विषय इन्द्रिय को अपनी ओर आकृष्ट कर सकता है अर्थात् विषय के प्रति राग या द्वेष उत्पन्न होता है तभी तक इन्द्रियों की स्वाधीनता है। मुझे

इस विषय का भोग प्राप्त हो अथवा यह विषय अरुचिकर लगता है, ऐसी भावना जब तक हो, इन्द्रियों की बलवत्ता है। जब ऐसी अवस्था हो जाय कि इन्द्रियों के विषयों को भोग करना या न करना अपनी इच्छा की बात है, उस समय ऐसा मानना चाहिए कि इन्द्रियां साधक के वश मे हैं। यह बात स्मरण रखनी चाहिए कि आख, नाक, कान, इन्द्रिया नही हैं। यह तो शरीर म इन्द्रिया के अधिष्ठान हैं अर्थात् वह स्थान हैं जहा से इन्द्रिया विषया स सम्पर्क करती हैं। आख भले ही खुली हो परन्तु यदि चक्षु इन्द्रिय अर्थात् देखने की शक्ति इस अधिष्ठान से भीतर को खीच ली जाय तो कुछ भी न दख पडगा। ऐसी अवस्था मे इन्द्रियों के आकर्षण का ता प्रश्न ही नही उठता।

प्रत्याहार का विषय ऐसा है कि उसका बहुत कुछ अन्तर्भाव वैराग्य मे हो जाता है। इससे यह प्रश्न उठ सकता है कि इसका पृथक् चर्चा क्या किया गया और वह भी प्राणायाम के बाद ? मेरी समझ म इसका विशेष कारण यह है कि जो साधक श्रद्धा और उत्साहपूर्वक अब तक अभ्यास करता आया है और इसके साथ ही वैराग्य की ओर भी बढता गया है वह चाहे या न चाहे परन्तु उसकी भोगशक्ति भी बलवती हो जाती है। उसकी इन्द्रियो का प्रसुप्त सामर्थ्य जाग उठता है और यदि उनके ऊपर पूरा अकुश न लगाया जाय तो वह बहुत अनर्थ कर सकती है। ऐसे बहुत से साधक हो गये हैं जो इतने ऊपर पहुचकर पतित हो गये हैं। इसलिए विशेष रूप स इन्द्रिया को विषयो से पराङ्मुख करने की आवश्यकता है। यदि ऐसा न हुआ तो आगे की क्रियाओ मे वह विशेष बाधा डाल सकती हैं।

अध्याय १४

योग के अंग—धारणा और ध्यान

अब तक योग के जिन अंगों का चर्चा हुआ है वह बहिरंग है। उनका परोक्ष लक्ष्य भले ही चित्त को अंकुश में लाना हो परन्तु इस काम के लिए कोई सीधा प्रयत्न नहीं किया गया है। इस अध्याय के साथ हम अन्तरंग भूमि में प्रवेश करते हैं। अब उन उपायों का चर्चा होगा जिनके द्वारा चित्त वश में किया जाता है और क्रमशः निरोध की ओर ले जाया जाता है। ऐसे तीन उपाय हैं : धारणा, ध्यान और समाधि।

इनमें से दो के लक्षण पतंजलि के अनुसार इस प्रकार हैं :

देशबन्धश्चित्तस्य धारणा।
तत्र प्रत्ययैकतानता ध्यानम्।

चित्त को किसी देश विशेष में बांधना धारणा है और जब धारणा के द्वारा प्रत्ययों की एकतानता हो जाती है अर्थात् वृत्तियों का प्रवाह एक रस हो जाता है उसको ध्यान कहते हैं। इसके बाद जो सूत्र आया है उसमें समाधि का लक्षण बताया गया है। परन्तु मैं उस विषय को अगले अध्याय में लेना चाहता हूं। इन तीनों के बाद का सूत्र कहता है :

त्रयमेकत्र संयमः।

तीनों का मिलकर नाम संयम है।

अभ्यासी का चित्त भी साधारण मनुष्यों के चित्त जैसा ही होता है। अब तक जो क्रिया की गई है उसके फलस्वरूप उसमें निश्चय ही निर्मलता आयी है, उत्तम संकल्प उठते हैं, विषयों की ओर प्रवृत्ति कुछ कम होती है। फिर भी वह अभी विक्षेप की भूमिका का अतिक्रमण नहीं कर गया। विक्षेप अवस्था में इधर उधर फेंका फिरता है, यद्यपि एकाग्रता की ओर झुकाव बढ़ चला है। उसको एकाग्र करने के लिए, किसी एक जगह स्थिर करने के लिए, उसे हठात् किसी देश विशेष पर बांधते हैं। देश शब्द के दो अर्थ हैं : एक तो शरीर के कुछ ऐसे अवयव हैं जिन पर चित्त को स्थिर करते का

प्रयत्न किया जाता है। इनमे भ्रूमध्य, नासिका का अग्रभाग, हृदय और नाभि प्रमुख हैं। प्राय इन जगहो पर चित्त को खीचकर किसी पदार्थ विशेष के ऊपर स्थिर करने का प्रयास किया जाता है जैसे गुरु या किसी देव देवी का विग्रह, दीपशिखा किसी योगी का शरीर, ओंकार की ध्वनि आदि। इन आलम्बनो को भी देश कह सकते हैं। पहले तो इन उपायो से भी चित्त एक जगह नही ठहरता, परन्तु फिर धीरे धीरे उसमे स्थिरता आती है और प्रत्यय की एकतानता की अवस्था आ जाती है। चित्त मे *सामान्यत एक प्रत्यय उठता है, क्षय होता है और दूसरा उठता है। भले ही इन* प्रत्ययो मे कुछ समता हो फिर भी उत्तरवर्ती प्रत्यय अपने पूर्ववर्ती से कुछ भिन्न होता है। परन्तु धीरे धीरे ऐसी अवस्था आती है जब पूर्व और उत्तरवर्ती प्रत्ययो मे कोई विशेष अन्तर नही प्रतीत होता। जैसे जल मे छोटी बडी लहर के बिना एक सा प्रवाह चलता रहता हो उस प्रकार की अवस्था को ध्यान कहते हैं। यहा "विशेष' शब्द को बीच मे डालने का एक कारण है। प्रत्यय दिक् म नही होते पर काल मे तो होते ही हैं। उनका और भी कोई अवच्छेदक भले ही न हो परन्तु काल अपनी अबाध गति से चलता रहता है। और भौतिक तथा बौद्धिक स्तर पर होने वाली प्रत्येक घटना को अवच्छिन्न करता रहता है। इसलिए पूर्व और उत्तरवर्ती दोनो ही प्रत्यय काल से अवच्छिन्न रहेगे। इतना अन्तर दोनो मे अवश्य होगा।

जैसा कि मैंने पहले अध्याय मे दिखलाया है यह ध्यान शब्द भारत के बाहर भी पहुँच चुका है। न केवल साधारण मनुष्य वरन् कई योगी सम्प्रदायो ने भी धारणा म लेकर समाधि तक की सारी क्रिया को ध्यान नाम से ही पुकारा है। उन लोगो ने इतना ही किया है कि अपने यहा की शैली के अनुसार इसके उच्चारण का बदल दिया है।

ध्यान मे स्थित होने के बाद ही चित्त समाधि की ओर झुक सकता है, उस अवस्था मे वह निरोध की ओर उन्मुख होता है। एकाग्रता क सम्बन्ध म पतजलि ने लिखा है

तत पुन शान्तोदितौ तुल्यप्रत्ययौ चित्तस्यैकाग्रतापरिणाम।

(३,१२)

तब फिर शान्त और उदित के तुल्य प्रत्यय होना चित्त को एकाग्रता का परिणाम है।

अभी मैंने जिस बात की ओर सकेत किया था वही बात इस सूत्र मे स्पष्ट की गई है। प्रत्यय निरन्तर होते रहते हैं। कम से कम जागृत अवस्था म कोई

जाता है। जब प्रत्यय नष्ट होता है उसको शान्त कहते हैं और उसकी जगह तत्क्षण जो नया प्रत्यय उठता है उसके लिए उदित शब्द का व्यवहार होता है। शान्त और उदित के बीच में कोई अन्तराल नहीं होता, कोई निष्प्रत्यय अवस्था नहीं होती। जैसा कि पहिले भी लिखा जा चुका है अपने नष्ट होने के पहले शान्त होने वाला प्रत्यय अपने गर्भ में स्थित सारे संस्कारों को उदीयमान प्रत्यय को दे जाता है। सामान्यतः इन दोनों प्रत्ययों में कुछ न कुछ अन्तर निश्चय ही रहता है। नया प्रत्यय पुराने प्रत्यय का अनुकृत नकल नहीं हुआ करता। उसमें भले ही पुराने संस्कार सुरक्षित हों परन्तु उनके साथ देश, काल, परिस्थिति के अनुसार कुछ न कुछ नवीनता भी रहती है। परन्तु धारणा के स्थिर होने पर ऐसा होता है। शान्त और उदित दोनों प्रत्यय एक दूसरे के समान होते हैं।

सूत्रकार ने तुल्य (बराबर) शब्द का व्यवहार किया है। क्योंकि जैसा कि मैंने अभी ऊपर संकेत किया है, और कुछ नही तो नया प्रत्यय नये क्षण से अवच्छिन्न होगा। जब उदित प्रत्यय और शान्त प्रत्यय दोनों के विषय एक से ही प्रतीत हों उस समय ऐसा मानना चाहिए कि चित्त में एकाग्रता का परिणाम हुआ है। दूसरे शब्दों में, चित्त की अवस्था विक्षिप्त से हटकर एकाग्र हो गई है। जिस अवस्था में चित्त एकाग्र होगा वह अवस्था ध्यान की है। शान्त और उदित प्रत्ययों की तुल्यता का नाम प्रत्यय की एकतानता है।

धारणा के उपायों का कोई अन्त नहीं है। चौथे अध्याय में दार्शनिक आधार भूमि के प्रसंग में कुछ चर्चा कला का हुआ है। कलाकार भी थोड़ी देर के लिए अपने चित्त को एकाग्र कर सकता है। अच्छा विचारक भी ऐसा कर सकता है और दोनों को थोड़ा बहुत उस प्रकार का अनुभव हो सकता है जो योगी को हुआ करता है। इसमें दोष है तो यह कि यह कोई एसी निश्चित प्रक्रिया नहीं है जिसका आश्रय लेकर जब चाहे तब वह अवस्था उत्पन्न की जाय। कुछ लोग और भी अनोखे उपायों से चित्त की आंशिक एकाग्रता उत्पन्न कर लेते हैं। इस सम्बन्ध में अंग्रेजी के प्रसिद्ध कवि आल्फ्रेड टेनीसन की कथा का स्मरण हो आता है। बिना किसी के बताये ही उन्होंने अपनी एक युक्ति ढूंढ़ निकाली थी। कभी कभी एकान्त में बैठकर अपने नाम का जप करने लगते थे। थोड़ी देर तक आल्फ्रेड टेनीसन ऐस कहते कहते उनको बाहरी दृश्यों की ओर से एक प्रकार की विस्मृति सी हो जाती थी और अपनी आत्मा में विचित्र विस्तार का अनुभव करने लगते थे कि जैसे मैं विश्वव्यापी होता जा रहा हूं और साधारण सुखों और दुःखो से किसी आनन्द का अनुभव कर रहा हूं। थोड़ी देर में इस अवस्था का आपसे आप क्षय हो जाता था।

चित्त का निश्चय ही देश विशेष में बंधन हो और धारणा में परिणत हो इस लक्ष्य को सामने रखकर पतंजलि ने कुछ उपाय बताये हैं। सब के लिए एक ही उपाय उपयुक्त नहीं है। अपने अपने शरीर और चित्त की बनावट के अनुसार उपाय भी पृथक्-पृथक् होंगे। किसके लिए कौन सा उपाय उपयुक्त है इसका उसके दैशिक, उसके उपदेष्टा गुरु, ही चयन करेंगे।

यों तो पतंजलि के बताये हुए सभी पर्याय श्रेयस्कर हैं परन्तु मैं इनमें से कुछ का ही चर्चा करूंगा। यह ध्यान में रखने की बात है कि पतंजलि ने अपनी ओर से इनमें से किसी को प्रधानता नहीं दी है। प्रत्येक सूत्र में "वा" शब्द आया है जिसका अर्थ है या। इनके बतलाये हुए साधनों में से कोई भी अपनी रुचि, गति और शक्ति के अनुसार चुना जा सकता है।

इस सम्बन्ध का पहला सूत्र है :

प्रच्छर्दनविधारणाभ्यां वा प्राणस्य। (१,३४)

प्राण के प्रच्छर्दन और विधारण से।

विकल्प सूचक "वा" का अर्थ हर सूत्र में करना अनावश्यक समझता हूं। प्रच्छर्दन का अर्थ है वमन करना, बाहर निकालना और विधारण का अर्थ है रोकना। अतः यह दोनों शब्द रेचक और कुम्भक के वाचक हैं। यद्यपि सूत्र में पूरक के लिए कोई शब्द नहीं आया है परन्तु विषय बताता है कि यहां पूरक की भी अपेक्षा है। तब सूत्र का पूरा अर्थ हुआ, पूरक कुम्भक और रेचक, के द्वारा चित्त में एकाग्रता लायी जा सकती है। इस विषय पर १३वें अध्याय में जो लिखा गया है उससे पर्याप्त प्रकाश पड़ना चाहिए। जहां पूरक आदि का नाम है वहां तो निश्चय ही प्राण शब्द श्वास प्रश्वास के लिए प्रयुक्त हुआ है। लौकिक व्यवहार भी ऐसी ही है। परन्तु जैसा कि मैंने उसी अध्याय में दिखलाया था सांस का नियन्त्रण करना योगी का मुख्य अभीष्ट नहीं है। यह क्रिया तो इसलिए की जाती है कि इसके द्वारा नाड़ी संस्थान का नियन्त्रण होता है और नाड़ी संस्थान के नियन्त्रण होने पर चित्त नियन्त्रण में आ जायगा। यही योगी का लक्ष्य है। प्राणायाम और आगे के योगांगों में जो सम्बन्ध है उसकी भी चर्चा इस अध्याय में उचित समझता हूं। इस जगह प्रत्यक्ष या संकेत के द्वारा कहीं हुई कुछ बातों की ओर ध्यान आकृष्ट मात्र किया जा सकता है।

योग की किताबों में प्राण शब्द कहीं कहीं बहुवचन में प्रयुक्त होता है। इससे भी भ्रम हो सकता है। इस सम्बन्ध में शिव संहिता का यह श्लोक द्रष्टव्य है :

प्राणस्य वृत्तिभेदेन, नामानि विविधानि च।
वर्तन्ते तानि सर्वाणि, कथितुं नैव शक्यते ॥३३॥

अर्थात् वृत्ति भेद से प्राण के वहुत से नाम हैं। इन सव को वतलाना शक्य नहीं है।

इस कहने का अर्थ यह है कि प्राण शरीर में विभिन्न प्रकार के जितने काम करता है उनको ध्यान में रखकर उतने ही नाम हैं। प्राण के द्वारा भौतिक, बौद्धिक, आध्यात्मिक स्तरों पर जितने काम हो रहे हैं उन सब की सूची वनाना असम्भव है। किसी ने आज तक इसका प्रयास नहीं किया। इसलिए प्राण के नामों की सूची वनाना भी असम्भव है। फिर भी सुविधा के लिए दस नाम गिनाये जाते हैं : प्राण, अपान, समान, उदान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकल, देवदत्त और धनंजय। इनमें भी प्रथम पांच का महत्त्व विशेष है। प्राण के इन भेदों के यह स्थान हैं : प्राण हृदय में, अपान गुदस्थान में, समान नाभि में, उदान कंठ में, व्यान शरीर के अन्य भागों में, नाग डकार में, कूर्म आंख के खोलने और वन्द करने में, भूख और प्यास के स्थानों में उदर में कृकल, जम्हाई में देवदत्त और हिचकी में धनंजय। परन्तु वस्तुतः यह सव उस एक ही प्राणरूपी महाशक्ति के भेद हैं, जो शरीर में सर्वत्र नाड़ियों में संचार कर रही है। कभी कभी इनका अलग अलग उल्लेख करने में सुविधा हो सकती है। परन्तु इस वात को सदैव ध्यान में रखना चाहिए कि प्राण एक है और विभिन्न नामों से शरीर के छोटे वड़े सभी कामों में इसी का नियंत्रण है। जो शान्ति के साथ अभ्यास के कर्म में लगा रहेगा उसको आपसे आप जो कुछ अनुभव होना है वह हो जायगा। यदि किसी को यह प्राणायाम द्वारा समाधि तक पहुंचने का मार्ग रुचिकर प्रतीत होता है और उसका शरीर इस योग्य है तथा उसके गुरु को उसका इस मार्ग पर चलना सम्मत है तो मैं उसके लिए साधुवाद ही कह सकता हूं। निश्चय ही, उसके लिए यह श्रम कल्याणकारी होगा अन्यथा पतंजलि ने "वा" करके जो और कई मार्ग वतलाये हैं उनमें से कोई भी मार्ग तुल्य फलदायक है। किसी भी मार्ग से चला जाय यह विश्वास अपने सामने रखना चाहिए कि उद्देश्य निश्चय पूरा होगा :

त्रिवेणीसंगमो यत्र, तीर्थराजः स उच्यते।
तत्र स्नानं प्रकुर्वीत, सर्वपापैः प्रमुच्यते ॥

जहां त्रिवेणी संगम है वहीं तीर्थराज है। वहां स्नान करके सव पापों से मुक्त हो जाता है। इड़ा, पिंगला और सुषुम्ना जहां मिलती हैं वह भ्रू मध्य का स्थान त्रिवेणी है। यह वात दूसरे शब्दों में जावालोपनिषद् में कही गयी है। वरना और नासा के

बीच मे अविमुक्त क्षेत्र वाराणसी प्रतिष्ठित है। सब इन्द्रियकृत दोषो को हटा देती है इसलिए वरना नाम पडा। सब इन्द्रियकृत पापो का नाश कर देती है इसलिए इसको नाशी कहते हैं। इसका स्थान कहा है ? नाक और दोनो भ्रुवो की जहा सधि है वह देवलोक और उससे ऊपर के लोक का सधि स्थान है। जो ब्रह्मवेत्ता इस सधि स्थान मे सध्या करता है वह अविमुक्त और उपासना करने के योग्य है अर्थात् वह मुक्त हो गया है और इस योग्य हो गया है कि स्वय उसकी उपासना की जाय। इस त्रिवेणी मे स्नान करने और इस वाराणसी मे सध्या करने के उद्देश्य से साधक जिस किसी भी सद्गुरु, उपदिष्ट मार्ग से अभ्यास करेगा वह अपने गन्तव्य स्थान पर निश्चय ही पहुचेगा।

इस शृखला का एक दूसरा सूत्र है ·

ईश्वरप्रणिधानाद् वा । (१,२३)

अर्थात् ईश्वर के प्रणिधान से।

ईश्वर के प्रणिधान का चर्चा नियमो के प्रसग मे आ चुका है। परन्तु यहा का सन्दर्भ उस स्थल से भिन्न है। योग के अगो मे नियमो का स्थान यमो की अपेक्षा गौण है। उन नियमो से ही ईश्वरप्रणिधान एक है। परन्तु यहा उसकी गणना चित्त की एकाग्रता और तत्परम् समाधि की प्राप्ति क प्रधान साधनो मे की गई है। अत यद्यपि उनसे सम्बन्ध के कई महत्त्वपूर्ण पहलुओ पर विचार किया जा चुका है, फिर भी यहा कुछ अधिक विचार विमर्श करने की आवश्यकता प्रतीत होती है।

ईश्वर की सत्ता के सम्बन्ध मे चतुर्थ अध्याय मे कुछ विचार हो चुका है। मैने वहा यह दिखलाया है कि ईश्वर से अभिन्न उसके चित्त मे जिसको हिरण्यगर्भ कहते हैं वह स्फुरण हुआ जो आगे चलकर चेतन अचेतन जगत् के रूप मे विस्तृत हुआ। वेद मे यह बात कई जगह स्पष्ट करके कही गयी है। नासदीय सूक्त मे कहा है ·

आनीदवात स्वधया तदेक तस्माद् हान्यद् नहि किचनास।

अपनी स्वधा नाम्नी पराशक्ति के साथ वह बिना हवा के सास ले रहा था। उसके सिवाय और कुछ नही था।

हिरण्यगर्भ. समवर्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेक आसीत्।

आरम्भ मे केवल हिरण्यगर्भ था। वह सब उत्पन्न भूतो का पति था। भूत

शब्द के दो अर्थ होते हैं : प्राणी और जड़ पदार्थ। कहने का तात्पर्य यह है कि वह जड़ और चेतन सभी का स्वामी था।

> यो देवानाम् प्रभवश्चोद्भवश्च विश्वाधिपो रुद्रो महर्षिः ।
> हिरण्यगर्भं जनयामास पूर्वं स नो बुद्धया शुभया संयुनक्तु ॥

जो देवों के प्रभव और उद्भव अर्थात् निमित्त और उपादान कारण है, जो सर्वत्र व्यापक है और विश्व का स्वामी रुद्र है, जिसने पहले हिरण्यगर्भ को जन्म दिया वह हमको शुभ वुद्धि से युक्त करे।

यह ईश्वर का विभिन्न दृष्टिकोणों से वर्णन है। यों तो कोई भी वणन यथार्थ रूप से उसका कथन नहीं कर सकता। इसीलिए वेद उसके सम्बन्ध में कहता है नेति, नेति—यह नहीं, यह नहीं। जो भी वर्णन किया जायगा वह वास्तविकता से वहुत नीचा होगा। यह ईश्वर वह चेतन समुद्र है जिसमें असंख्य जीव वुद्वुद् के समान देख पडते हैं। वस्तुतः वह अच्छेद्य है, इसलिए अच्छिन्न है। परन्तु जीव अपने को उसका अंश समझता है। इस कारण अपनी कल्पित अल्पज्ञता, अल्पदेशीयता और अल्पशक्तिमत्ता से खिन्न होता रहता है और सदा उस विद्या और शक्ति के भंडार से मिलने के लिए व्याकुल रहता है। भाग्य से सद्गुरु का साथ हो जाता है और वह उसके चित्त में यह वात दृढ़ता है कि तू भी मेरे ही समान है, ईश्वर से अभिन्न है। कोई भाग्यशाली जीव गुरु का उपदेश मानकर सन्मार्ग पर चलता है। ज्यों ज्यों देर होती है उसकी व्याकुलता वढ़ती है। यह आशंका वनी रहती है कि शरीर छूट जाने पर मैं ईश्वर के साथ संयोग प्राप्त करने से, दूसरे शब्दों में आत्मसाक्षात्कार करने से, वंचित ही रह जाऊंगा। उसकी यह विरह व्यथा उसको लक्ष्य की ओर ले जाती है। उसको अपना कुछ देख ही नहीं पड़ता। जो कुछ है ईश्वर है, ईश्वर का है, अपने सारे कर्म ईश्वरार्पित कर देता है।

परन्तु केवल ईश्वर ईश्वर करने से काम नहीं चलता। ऐसे वहुत से लोग हैं जो हर वात में ईश्वर का नाम लेते हैं। प्रत्येक संकल्प के, पहले इतना जोड़ देते हैं कि "यदि ईश्वर की इच्छा हुई तो"। ईश्वर के नाम पर गाते हैं, वजाते हैं, नाचते हैं, विह्वल देख पड़ते हैं। पतंजलि इन वातों को कोई महत्त्व नहीं देते। उन्होंने ईश्वर प्रणिधान के वारे में दो सूत्र कहे हैं जिनका वहुत वड़ा महत्त्व है। पहला है :

तस्य वाचकः प्रणवः । (१,२७)

उसका वाचक प्रणव है।

प्रणव शब्द की व्युत्पत्ति इस प्रकार की जाती है :

प्रकर्षेण नूयते स्तूयते अनेन इति प्रणवः ।

जिसके द्वारा प्रकर्ष के साथ स्तुति की जाय वह प्रणव है। कहने का संकेत यह है कि प्रणव के द्वारा ईश्वर की स्तुति विशेष रूप से की जाती है। ओंकार को प्रणव कहते हैं। यों तो चौथे अध्याय में दार्शनिक रूपरेखा देते हुए यह बतलाया गया है कि आकाश से जो प्रथम शब्द, आदि शब्द, निकला वह प्रणव है। वह कान से सुना जाने वाला कोई स्वन नहीं है, दो वस्तुओं के टकराने से उत्पन्न किसी प्रकार की आवाज नहीं है। प्रणव के बाद ही सारे भौतिक जगत् का सर्जन हुआ। प्रणव रूपी नाद से ही जगत् रूपी बिन्दु प्रकट हुआ।

वस्तुतः तो प्रणव अनुच्चार्य है। भले ही अपेक्षा की दृष्टि से उसकी चार मात्रा मानकर तीन मात्रा में अ, उ और म् को उच्चार्य और अर्धमात्रा को अनुच्चार्य कहा जाय परन्तु वस्तुतः सम्पूर्ण प्रणव अनुच्चार्य है। जैसा कि हम चौथे अध्याय में दिखला आये हैं, प्रणव की अनुभूति उस प्रकार के स्वन जैसी नहीं होती जिसका ग्रहण श्रवण इन्द्रिय सामान्य रूप से करती है। उसका अनुभव गति के रूप में होता है, गति भी ऐसी सूक्ष्म और दिव्य जो साधक के अन्तस्थल को हिला देती है। गति का अनुकरण अक्षरों और शब्दों से हो भी कैसे सकता है, और फिर गति भी ऐसी जो किसी प्रकार के पदार्थों के आघात से उत्पन्न नहीं हुई। सभी भाषाओं के सभी शब्द, संगीत में प्रयुक्त सभी स्वर, सभी वर्णमालाओं के सभी अक्षर, इसी प्रणव के विलास हैं। वेद कहते हैं :

सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति, तपांसि सर्वाणि च यद् वदन्ति।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति, तत्ते पदं संग्रहेण ब्रवीमि।
ओमित्येतत् ॥

सब वेद जिस पद का उच्चारण करते हैं, सब तपस्वी जिसका वर्णन करते हैं, जिसकी इच्छा से ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं, वह पद तुमसे संक्षेप में कहता हूं : वह यही ओ३म् है।

माडूक्य उपनिषद् के अनुसार

ओमित्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्योपव्याख्यानं भूतं भवद् भविष्यदिति सर्वमोंकार एव। यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदोंकार एव।

यह सब कुछ "ओ३म्" अक्षर है। उसकी महिमा यह है कि भूत, वर्तमान

और भविष्यत् सब ओंकार है और त्रिकाल के परे जो कुछ भी है वह भी ओंकार ही है।

इस प्रकार सभी योगियों ने ओंकार के महत्त्व का चर्चा किया है। बौद्ध और जैन सम्प्रदायों में भी ओंकार का वही आदरणीय स्थान है। यह ओंकार ईश्वर का प्रतीक है। इसके ऊपर पहुंचकर और ऐसा कोई रूप नहीं है जिससे ईश्वर का ग्रहण किया जा सके। कोई प्रतीक मिलता ही नहीं जिससे कुछ भी उपमा दी जा सके। इस सूत्र के बाद पतंजलि कहते हैं :

तज्जपस्तदर्थभावनम्। (१,२८)

अर्थात् ओंकार का जप और उसके अर्थ की भावना करना चाहिए।

यों तो अच्छे लोग कहते हैं कि जब भी मनुष्य को अवकाश हो, वह मुंह से ओंकार का जप करता रहे। मुंह शुद्ध होता है, चित्त शुद्ध होता है और चित्त को एक अच्छे काम में लगे रहने के कारण बुरे कामों की ओर बहकने का कुछ कम अवसर मिलता है, फिर भी जैसा कि श्रीकृष्ण ने कहा है :

ओमित्येकाक्षरं ब्रह्म व्याहरन् मामनुस्मरन्।
यः प्रयाति त्यजन् देहं स याति परमां गतिम्॥

मरते समय ओंकार रूपी एकाक्षर ब्रह्म का उच्चारण करता हुआ और मेरा स्मरण करता हुआ जो मनुष्य प्राण छोड़ता है वह परम गति को प्राप्त होता है।

इसलिए भी ओंकार के जप का अभ्यास करना अच्छा है, नहीं तो मृत्यु के समय उसका उच्चारण करना कठिन हो जायगा। यह सब तो अपने स्थान पर ठीक है परन्तु पतंजलि का तात्पर्य इस सूत्र में मौखिक जप से नहीं है। उनका तो यह उपदेश है कि मनुष्य योग का अभ्यास करे और अभ्यास करते करते उस पद पर पहुंचे जहां वह नाद आपसे आप हो रहा है। यही सच्चा जप है। मुंह से किसी ध्वनि की अनुकृति करना तो बड़ा स्थूल उपाय है। उन्होंने यह भी कहा है कि जप के साथ साथ प्रणव के अर्थ की भावना करनी चाहिये। प्रणव की लोग व्युत्पत्ति इस प्रकार करते हैं कि वह अ, उ और म इन तीनों अक्षरों के मिलने से बना है और अकार, उकार, मकार का अर्थ ब्रह्मा, विष्णु, महेश अर्थात् ब्राह्मी, वैष्णवी और रौद्री शक्ति किया जाता है। इस प्रकार इन तीन अक्षरों को मिलाकर ईश्वर के सृष्टिकर्त्ता, पालनकर्त्ता और संहारकर्त्ता रूप निकलते हैं। अतः प्रणव का अर्थ जगत् का रचयिता, पालयिता और संहार-

स्वाध्याय करने के लिए अर्थ की यह भावना ठीक हो सकती है। ईश्वर की सत्ता यह तीन पहलू माने जा सकते हैं। परन्तु जो व्यक्ति ईश्वर के प्रणिधान मे ईश्वर क भक्ति मे डूबा हुआ है उसका काम किसी दार्शनिक विचारमात्र से नही चलता। उस लिए तो ईश्वर की वह सत्ता है जिसकी अनुभूति उसको चित्त की एकाग्रता की अवस्थ मे होती है। यदि साधक शान्ति से बैठकर प्रणव का उच्चारण करता है और स विचारो को चित्त से दूर कर देता है तो उसको आप ही ईश्वर का साक्षात्कार होगा ईश्वर कोई ऐसा व्यक्ति नही है जिसका कोई एक निश्चित रूप हो। उसके हाथ पाव नही हैं, दूसरा अवयव नही है, रूप रग नही है, वह तो साधक की स्वय आत्मा है। ज्यो ज्यो प्रणव के जप का अभ्यास बढेगा त्यो त्यो भेद के पर्दे हटते जायगे और साधक को ईश्वर का साक्षात्कार होता जायगा। एक दिन वह भी होगा जब वह यह कह सकेगा .

वेदाहमेतं पुरुषं महान्तमादित्यवर्णं तमसः परस्तात्।
तमेव विदित्वाऽति मृत्युमेति नान्यः पन्था विद्यतेऽयनाय॥

मैं उस महान पुरुष को जानता हू जो अधेरे के पार है और आदित्य वर्ण है। उसको ही जानकर मनुष्य मृत्यु के पार जाता है। मोक्ष के लिए कोई दूसरा मार्ग नही है।

इस मत्र मे तम से अभिप्राय अविद्या से है और आदित्य वर्ण कहने का अभिप्राय है ज्ञानस्वरूप।

पतजलि का बताया हुआ एक और उपाय है :

विषयवती वा प्रवृत्तिरुत्पन्ना मनसः स्थितिनिबन्धिनी।

विषयवती प्रवृत्ति उत्पन्न होने पर मन की स्थिति को बाध देती है। सब साधक एक से नही होते। किसी किसी साधक की मनोवृत्ति किसी ऐसी वस्तु को ढूंढती है कोई ऐसी अनुभूति चाहती है, जो गुरु के बतलाये हुए मार्ग पर उसकी श्रद्धा को दृढ़ कर दे।

पलटूदास जी ने एक जगह कहा है :

सदगुरु तुम्हरे वचन को पलटू ना पतियाय।
अमृत का सागर भरा देखे प्यास न जाय।

पलटू साहब का भी तात्पर्य यह था कि गुरु के मुख मे कहा है, सम्बन्ध में सुन्दर

सुन्दर प्रवचन सुनने से ही काम नहीं चल सकता। जिज्ञासु को स्वयं वैसा अनुभव होना चाहिए।

परन्तु पलटू के यह शब्द उस दुर्बल साधक की भावना को भलीभांति व्यक्त करते हैं जो अपने चित्त में दृढ़ता लाने के लिए कोई प्रमाण चाहता है। मेरी निज की समझ में तो इस साधक में अभी बहुत कमी है। उसमें संवेग की पर्याप्त तीव्रता नहीं आयी है और गुरु के ऊपर पूरा विश्वास भी नहीं है, नहीं तो बच्चों की भांति प्रमाण न ढूंढ़ता। फिर भी कुछ ऐसे चुटकुले हैं जिनसे कुछ थोड़ा बहुत रोचक और प्रलोभक अनुभव हो जाता है। इनकी ओर इस सूत्र में संकेत है और इनमें से कुछ की ओर भाष्यकार ने भी संकेत किया है। उदाहरण के लिए, नासिका के अग्र भाग पर कुछ काल तक चित्त एकाग्र करने से गंध संवित् होता है। इसी प्रकार जिह्वा के अग्र भाग पर चित्त एकाग्र करने से रस की अनुभूति होती है। गंध आदि का आस्वाद इन्द्रियों का विषय है, इसीलिए उनके आधार पर जो प्रवृत्ति जगायी जाती है उसको विषयवती प्रवृत्ति कहते हैं।

और उपायों के साथ साथ पतंजलि ने कहा है :

यथाभिमतध्यानाद् वा। (१,३९)

जो ध्यान अच्छा लगे उसके द्वारा।

इस सूत्र के द्वारा पतंजलि ने सचमुच गागर में सागर भर दिया है। यह सूत्र एक महत्त्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक तथ्य पर आधारित है। जगत् में लाखों ऐसी वस्तुयें हो सकती हैं जो मनुष्य को अपनी ओर आकर्षित करती हैं। किसी किसी का आकर्षण क्षण-स्थायी होता है परन्तु किसी आकर्षण में चिरस्थायित्व भी होता है। यह सब वस्तुयें छोटी हों यह बड़ी, किंचित् काल के लिए चित्त पर बंधन का काम करती हैं और इन सबके युगपत् खिंचाव के कारण चित्त निरन्तर विक्षेपावस्था में पड़ा रहता है। परन्तु किन्हीं विशेष परिस्थितियों में इनमें से एक अधिक प्रबल हो जाती है और वह चित्त को एकाग्रता की ओर ले जाने में समर्थ होती हैं। अभिमत शब्द कहकर पतंजलि ने इसकी अपेक्षा रखी है कि किस को अभिमत? वस्तुतः इस सूत्र की मीमांसा दो तरह से कर सकते हैं—उपदेष्टा गुरु को जो पदार्थ अभिमत हो, पसन्द हो उसके द्वारा चित्त में स्थिरता लायी जा सकती है। इसके साथ ही यदि साधक को कोई वस्तु विशेष रूप से अभिमत हो तो वह भी चित्त की एकाग्रता का साधन बन सकती है। किसी पुराण में एक कथा है कि किसी ग्वाले को अपनी भैंस बहुत प्यारी थी। वह किसी महात्मा के पास पहुंचा। उन्होंने उसको उसी भैंस का ध्यान करने को कहा। ज्यों ज्यों

ध्यान की तीव्रता बढती गई त्यो त्यो उसकी अनुभूति का रूप भी बदलता गया। पहले भैंस का सारा शरीर देख पडता था, फिर केवल उसका सिर रह गया और अन्त में केवल एक आख रह गयी। ध्यान पूरा हुआ और वह गोपालक उसी के सहारे ऊची भूमिकाओ मे प्रवेश कर सका।

इस सूत्र के कहने के बाद अन्य कई सूत्र निरर्थक और अनावश्यक हो जाते हैं। उदाहरण के लिए :

वीतरागविषय वा चित्तम् । (१,३७)

कहा गया है। जो लोग महायोगी हो गये है और राग और द्वेष के ऊपर उठ चुके हैं उनसे तादात्म्य स्थापित करने के प्रयत्न से भी एकाग्रता होती है। अपने इष्टदेव के साथ तादात्म्य उत्पन्न करने से भी इसी अभीष्ट की सिद्धि होती है। सच तो यह है कि यह क्षेत्र इतना बडा है कि किसी भी व्यक्ति को जो चित्त को एकाग्र करके ऊपर की भूमियो मे जाना चाहता है यथेष्ट आलम्बन मिल सकता है। एक सूत्र है :

स्वप्ननिद्राज्ञानालम्बन वा । (१,३८)

स्वप्न और निद्रा का ज्ञान जिसका आलम्बन है उसके द्वारा यह सूत्र कठिन है और मैं देखता हू कि प्राय किसी टीकाकार ने इसकी यथार्थ मीमासा नहीं की है। सम्भव है भूल मेरी ही हो परन्तु मैं भाष्यकार तथा दूसरे टीकाकारो से सहमत नहीं हो सकता। स्वप्न और निद्रा के बीच मे कभी कभी एक तद्रा की अवस्था आती है। जागृत काल का अतिक्रमण हो चुका होता है। सुषुप्ति आनेवाली है। क्षण भर के लिए बीच मे यह तद्रा की अवस्था आती है। इसमे कुछ अश स्वप्न का है और कुछ सुषुप्ति का। यदि इस क्षणिक अवस्था पर चित्त लगाया जा सके तो उससे एक प्रकार का आत्मसम्मोहन सा होता है। यदि वह चिरस्थायी बनाया जा सके तो वह भी चित्त को, एकाग्र करने मे सहायता देता है।

ऊपर जिन उपायो का चर्चा किया गया है वह सब कल्याणकारी हैं। उनमे से कोई भी कार्यसिद्धि का उपकरण हो सकता है। परन्तु इन सब मे एक कमी प्रतीत होती है। इन सब का विनियोग व्यक्तियो के लिए होता है। प्रत्येक व्यक्ति अपने लिए अपने मनोनुकूल आलम्बन चुन लेता है और उसी प्रकार चित्त को एकाग्र करने का प्रयास करता है। इस प्रयास मे सफलता भी हो सकती है। परन्तु जो बातें सार्वभौम प्रतीत हों उनके ही आधार पर कोई सीढ़ी नही खडी की जा सकती जिस पर पाव रखकर प्रत्येक व्यक्ति नि शक होकर अध्यात्म शिखर तक जा सके।

उपर्युक्त उपायों में ईश्वरप्रणिधानाद् वा स्यात् ऐसा सूत्र है जो सबके काम का हो। ऐसा लगता है कि सभी लोग ईश्वर के भक्त हो सकते हैं। परन्तु एक बात ध्यान देने की है। भक्ति प्रेमस्वरूप है और प्रेम बंधन या दबाव का सहन नहीं कर सकता। ईश्वर को लक्ष्य करके उपासना कई मार्गों से की जा सकती है। परन्तु प्रेम हठात् नहीं किया जा सकता। इसलिए देखने सुनने में तो भक्ति मार्ग बहुत सरल प्रतीत होता है परन्तु है वह बहुत कठिन। इसलिए इस बात की आवश्यकता है कि कोई ऐसा मार्ग हो जो राजमार्ग की तरह सब के लिए खुला हो और साथ ही हठयोग की भांति कंटकाकीर्ण और श्रमसाध्य भी न हो। ऐसा एक ही मार्ग है जिसको प्राचीन पुस्तकों में नादानुसंधान (नाद का अनुसंधान) कहा गया है और जिसे सन्तमत के आचार्यों ने सुरति शब्दयोग कहकर पुकारा है।

सुरति संस्कृत के स्वरति का अपभ्रंश है। यह चित्त की एकाग्राभिमुखी, एक एकाग्रप्राग्भारा अर्थात् एकाग्रता की ओर झुकी हुई वृत्ति को कहते हैं। शब्द से तात्पर्य उस आदि शब्द प्रणव से है जिसका चर्चा पहले कई बार आ चुका है। यही परा-वाक् है, वह परावाक् जो शरीर में परमात्मा की पराशक्ति का स्वरूप है जिसके सम्बन्ध में ऋग्वेद (१,१६४,४५) कहता है :

चत्वारि वाक् परिमिता पदानि तानि विदुर्ब्राह्मणा ये मनीषिणः।
गुहा त्रीणि निहिता नेंगयन्ति, चतुर्थं वाचं मनुष्या वदन्ति॥

वाक् के चार स्थान हैं जिनका मनीषी ब्राह्मण ही जानते हैं। इनमें से तीन छिपे हुए हैं उनको लोग नहीं जानते। चौथे वाक् को मनुष्य आदि सब लोग बोलते हैं।

वाक् के चार स्थान वैखरी, मध्यमा, पश्यन्ती तथा परा हैं। वैखरी वाणी का वह रूप है जो प्राणियों के मुख से उच्चरित होता है। मध्यमा, पश्यन्ती और परा सूक्ष्म हैं। इनमें से परा सबसे सूक्ष्म है। वाक् ने स्वयं अपनी महत्ता और शक्ति को ऋग्वेद (१०,१२५,१) के इन शब्दों में घोषित किया है :

अहं रुद्रेभिर्वसुभिश्चरामि, अहमादित्यैरुत विश्वदेवैः।

......

अहं रुद्राय धनुरातनोमि ब्रह्मद्विषे शरवे हन्त वा उ।

......

मैं रुद्रो, वसुओं, आदित्यो और विश्वे देवो द्वारा काम करती हूं।

मैं ब्रह्म द्वेषी का संहार करने के लिए रुद्र के धनुष को तानती हू।

जिसको चाहती हू उसको उग्र बनाती हू, उसको ब्रह्मा बनाती हू, उसको ऋषि बनाती हू, उसको मेधावी बनाती हू।

वेद मे और भी स्थल स्थल पर वाक् और प्रणव के सम्बन्ध म महत्वपूर्ण बातें कही गयी हैं। यहा पर थोडे मे ही ऐसे अवतरण देता हू जो इन विषयो पर प्रकाश डालते हैं।

१. वागेवैतत् सर्वं विज्ञापयति वाचम् उपास्वेति।

(छान्दोग्य ७।२।१)

वाक् ही यह सब है, ऐसा बतलाया गया है, वाक् की उपासना करो।

२ वाग्वा ओंकारो वागेव ह्यनुजानामि चिन्मयो
ह्ययम् ओंकारश्चिदेव ह्यनुज्ञाता।

(नृसिंहोत्तर० ८, ६)

वाक् ही ओंकार है। ऐसा बतलाया जाता है। यह ओंकार चिन्मय है। जानने वाला भी चिन्मय है।

३. वाग्वै ब्रह्म।

(बृहदारण्यक० १, ३, २१)

वाक् निश्चय करके ब्रह्म है।

४. वागेवेद सर्वं न ह्यशब्दम् इवेहास्ति
चिन्मयो ह्ययम् ओंकार, चिन्मयमिदं सर्वम्।

(नृसिंहोत्तर० ८, २, २)

यह सब वाक् है। इस जगत् मे शब्दहीन कुछ भी नही है। यह ओंकार चिन्मय है। यह सब जगत् चिन्मय है।

वाङ् मे मनसि प्रतिष्ठिता मनो मे वाचि प्रतिष्ठितम्।

(ऐतरेय० ६,१)

मेरी वाक् बुद्धि में प्रतिष्ठित है। मेरी बुद्धि वाक् में प्रतिष्ठित है।

वाग्वै माता प्राणः पुत्रः।
(ऐतरेय० १।६।६)

इन अवतरणों से वाक् और प्रणव का सम्बन्ध स्पष्ट हो जाता है। परा वाक् ही प्रणव है। जब साधक का अभ्यास दृढ़ होता है तो वह प्रणव रूपी महानाद का अनुसरण करता है और उसकी सुपुप्त वाक् शक्ति भी जागृत होती है। उसका प्राण सुषुम्ना में प्रवेश करके ऊपर को चढ़ता है। दूसरे शब्दों में, कुंडलिनी प्रबुद्ध होकर सहस्रार की ओर बढ़ती है। जब अभ्यास पूर्ण होता है तब प्राण की यात्रा समाप्त हो जाती है। कुंडलिनी रूपी शक्ति का शिव से संयोग हो जाता है। साधक प्रणव नाद में लीन होता है और उसको परा वाक् की प्राप्ति होती है। नाद के अनुसंधान करने की क्रिया को सुरति शब्द योग कहने का तात्पर्य यह है कि एकाग्रप्राय चित्त परा वाक् का अनुसंधान करता है या यों कहिए कि उसका आश्रय लेकर उसको धारणा का विषय और साधन बनाकर समाधि के लिए प्रयास करता है। उस प्रयास के सम्बन्ध में उपनिषद की यह उक्ति है :

प्रणवो धनुः शरो ह्यात्मा ब्रह्म तल्लक्ष्यमुच्यते।
अप्रमत्तेन वेद्धव्यं शरवत्तन्मयो भवेत्॥

प्रणव धनुष है। आत्मा तीर है, और ब्रह्म उसका लक्ष्य है। प्रमादरहित होकर लक्ष्य पर निशाना लगाना चाहिए। यदि ऐसा किया गया तो तीर की भांति तन्मय हो जायगा।

कहने का तात्पर्य यह है कि जिस प्रकार अच्छी तरह निशाना लगाने पर तीर लक्ष्य के भीतर जाता है उसी प्रकार आत्मारूपी तीर ब्रह्मरूपी लक्ष्य के साथ तन्मय हो जायगा। उस समय वह सब कलुष जो जीव को जीव बनाये हुए हैं दूर हो जायंगे और वह ब्रह्मस्वरूप हो जायगा। इस बात को उपनिषद् में इन शब्दों में कहा है :

आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवं चोत्तरारणिम्।
ज्ञाननिर्मंथनाभ्यासात्, पापं दहति पूरुषः॥

आत्मा को अरणि और प्रणव को उत्तरारणि[1] बनाकर ज्ञान के द्वारा बराबर मथने से पुरुष पाप को जला देता है।

---

१. अरणि और उत्तरारणि वह दोनों लकड़ियां हैं जिनको रगड़ने से [illegible]

इस कहने का कि सुरति शब्द योग की पद्धति मे नाद को धारणा का आश्रय बनाया जाता है यह न समझना चाहिए कि आसन लगा कर बैठते ही नाद का साक्षात्कार हो जाता है और अभ्यासी उसको अपने चित्त से पकड लेता है। ऐसी बात नही है। अनेक जन्मो से पुण्य उदय होते हैं तब परा वाक् का कुछ परिचय मिलता है। वह साधक धन्य है और उसका गुरु सचमुच पूजास्पद है जिसको सफलता की झलक अभ्यास आरम्भ करने के थोडे ही दिना के भीतर मिलने लगे। पहले मूल नाद नही प्रत्युत अनाहत का अनुभव होता है। जैसा कि पहिले भी कहा जा चुका है अनाहत उस नाद को कहते हैं जो बिना दो भौतिक वस्तुओ के टकराये स्वत विश्व मे गूजता रहता है। यह क्या है ? इसके सम्बन्ध मे कम लोगो ने स्पष्ट शब्दो मे कहा है।

कबीर ने एक जगह कहा है

तत्व झकार ब्रह्मड मांही

इसका तात्पर्य यह हुआ कि महाभूता के परमाणु जिनसे यह जगत् बना है निरन्तर गतिशील हैं, कम्पनशील है। उनम आकर्षण और विकर्षण भी होता रहता है। एक दूसरे के पास आते हैं, एक दूसरे से हटते है। फलत उनके सान्निध्य मे आकाश भी निरन्तर क्षुब्ध रहता है। प्रत्येक परमाणु के प्रकम्पन से जो ध्वनि निकलती है वह बहुत ही सूक्ष्म होती है। परन्तु इन ध्वनिया का समुच्चय नाद का वह विशाल समुद्र है जिसकी उत्ताल तरगें समूचे विश्व मे, व्याप्त है। साधारणत मनुष्य को इस शब्दसागर मे डुबकी मारने की आवश्यकता प्रतीत नहीं होती। वह इसका अवगाहन नही करना चाहता क्याकि ऐसा करने मे उसकी वासनाओ की किसी प्रकार तृप्ति नहीं होती। इसलिए उसकी ओर ध्यान नही देता परन्तु जब चित्त का बाहरी विषयो की ओर से खिचते हैं तो अगत्या नाद का यह भडार श्रवणेन्द्रिय के लिए गोचर हो जाता है। एक बात ध्यान मे रखने की है। पहले एकान्त मे बैठने के बाद झीनी सी ध्वनि सुन पडती है। वह अनाहत नही है। परन्तु बहुत लोग उसे अनाहत समझ बैठने हैं। शरीर के भीतर शिराओ और धमनियो मे निरन्तर रक्त सचार हो रहा है। और भी कई

के लिए आग पैदा की जाती है। नीचे की लकडी अरणि और ऊपर की लकड़ी को उत्तरारणि कहते हैं। अरणि मे उत्तरारणि से मथन करने से आग पैदा होती है जो सभी वस्तुओ को भस्म कर सकती है। इसी प्रकार प्रणवरूपी उत्तरारणि के साथ आत्मारूपी अरणि के लगातार ज्ञान के द्वारा अभ्यास करने से जो अग्नि पैदा होगी वह मनुष्य के सब कलुषों को भस्म कर देगी।

प्रकार की रासायनिक तथा दूसरी क्रियायें हो रही हैं। इन सब के फलस्वरूप भी कुछ स्वन पैदा होता है। वह अनाहत नहीं, आहत है परन्तु उसको सुनने का हमारा अभ्यास नहीं है। हमारे लिए नया है। इसलिए हम उसे अनाहत समझ बैठते हैं। उसको सुनने में कार्य हानि नहीं है। थोड़ा सा चित्त एकाग्र होने पर यह आहत ध्वनि अनाहत के लिए प्रवेश द्वार बन जाती है।

ज्यों ज्यों चित्त एकाग्र होता है और धारणा दृढ़ होती है त्यों त्यों दूसरी अनुभूतियां भी होती हैं। विश्व में केवल नाद ही नहीं है। दूसरी इन्द्रियों के विषय भी चारों ओर बिखरे पड़े हैं। परन्तु वह हमारे किसी काम में नहीं आते। इसलिए हम उनकी ओर ध्यान नहीं देते। मनुष्य प्रकृति से उतना ही लेता है जितना उसकी वासनाओं की तृप्ति के लिए पर्याप्त होता है। इन्द्रियों की शक्ति बहुत बड़ी है। हम जितना सुनते, देखते, सूंघते, स्पर्श करते, चखते हैं उससे कहीं अधिक सुनने, देखने, सूंघने, स्पर्श करने और चखने की सामग्री विश्व में भरी पड़ी है। उसके लिए कोई दाम नहीं चुकाना होता परन्तु हम इन्द्रियों की शक्ति से काम लेना नहीं चाहते। बहुत सी बातें ऐसी हैं जिनका सुनना या देखना हमारे किसी काम का नहीं है। अतः हम इन्द्रियों की शक्ति से उनको ग्रहण करने का काम नहीं लेते परन्तु जब वासनाओं को दबा कर उनकी ओर से मुंह मोड़कर चित्त को एकाग्र करने का प्रयत्न करते हैं तो इन्द्रियों के विषय अगत्या बिना प्रयास के हमारे सामने आ जाते हैं। इस विश्व में इतना भंडार भरा है, इतना सौन्दर्य बरस रहा है, उसका कुछ परिचय हमको उस अवस्था में मिलता है। इसीलिए ज्यों ज्यों हमें अनाहत का अनुभव होता है त्यों त्यों दूसरी इन्द्रियों के विषय भी साथ साथ अनुभव मे आते हैं।

चित्त का स्वभाव है कि वह अनुभवों को मिलाता है। संवितों को प्रत्ययों का रूप देता है और इसीलिए अपने अनुभवों को ऐसे शब्दों में, ऐसी भाषा में, व्यक्त करने का प्रयत्न करता है जो नित्य व्यवहार में आती है। जो कुछ देखता है या सुनता है उसको यथासम्भव परिचित वस्तुओं का रूप देता है। इस काम में पूरी सफलता नहीं मिलती। इसीलिए कई महात्माओं ने कहा है कि इस अनुभव को व्यक्त करना वैसा है जैसा कि गूंगे के लिए गुड़ के स्वाद का वर्णन करना। मैं चाहे गुड़ के सम्बन्ध में एक पुस्तकालय भर ग्रन्थ लिख डालूं परन्तु मुझको गुड़ का स्वाद तब तक नहीं समझ में आ सकता जब तक अपनी जिह्वा पर गुड़ का एक छोटा सा टुकड़ा न रख दूं। यह तो सामान्य कठिनाई हुई। परन्तु यदि मैं दुर्भाग्य से गूंगा हूं तब तो कठिनाई का वारापार न होगा। किसी भी युक्ति से अपने श्रोता को गुड़ के स्वाद का ज्ञान न करा पाऊंगा। जो वस्तु कभी उसके अनुभव में नहीं आयी जिसके लिए श्रोता और वक्ता के बीच में अनुभव की समानता नहीं है और [illegible]

दूसरे के पास तक नहीं पहुँचाया जा सकता। साधक को जो अनुभव होता है वह साधारण मनुष्य के अनुभव के बाहर की चीज है। उपयुक्त रूपक तक नहीं मिलते। इसलिए जो कुछ कहा जाता है वह सर्वथा अपर्याप्त होता है। सुनने में भले ही रोचक प्रतीत हो परन्तु सुनने वाले के चित्त में यथार्थ प्रत्यय नहीं बन पाता। नादबिन्दु उपनिषद् में अनाहत के सम्बन्ध में यह श्लोक आये हैं :

श्रूयते प्रथमाभ्यासे, नादो नानाविधो महान्।
वर्धमानस्तथाभ्यासे श्रूयते सूक्ष्मसूक्ष्मतः॥

आदौ जलधिजीमूतभेरीनिर्झरसंभवः।
मध्ये मर्दलशब्दाभो, घंटाकाहलजस्तथा॥

अन्ते तु किंकिणीवंशवीणाभ्रमरनिःस्वनः।
इति नानाविधा नादाः, श्रूयन्ते सूक्ष्मसूक्ष्मतः॥

महति श्रूयमाणे तु, महाभेर्यादिकध्वनौ।
तत्र सूक्ष्मं सूक्ष्मतरं, नादमेव परामृशेत्॥

घनमुत्सृज्य वा सूक्ष्मे सूक्ष्ममुत्सृज्य वा घने।
रममाणमपि क्षिप्तं, मनो नान्यत्र चालयेत्॥

जब पहले पहल यह अभ्यास किया जाता है तो यह नाद कई तरह का होता है और बड़े जोर जोर से सुनाई देता है परन्तु अभ्यास बढ़ जाने पर यह नाद धीमे से धीमा होता जाता है। शुरू में इस नाद की ध्वनि समुद्र, बादल, झरना, भेरी की तरह होती है परन्तु बाद में भ्रमर, वीणा, बंसी तथा किंकिणी की तरह मधुर होती है। इस तरह से यह ध्वनि धीमी से धीमी होती हुई कई तरह की सुनाई देती है। भेरी आदि की ध्वनि सुनने पर उससे धीमे से धीमे नाद का विचार करना चाहिए। साधक को चाहिए कि वह धीमे से घने और घन से धीमे नाद में जाय और मन को इधर उधर न भटकने दे।

इस अवस्था में जैसे अनुभव होते हैं उनका कुछ अनुमान सन्तों की रचनाओं से दिये गये अवतरणों से होता है

कुंभक अमी रस भरत ताल जहाँ, शब्द उठे असमानी हो।
सरिता उमड़ सिन्धु को सोखे, नहिं कछु जात बखानी हो।
चाँद सुरज तारागन नहिं वहँ, नहीं वहँ रैन बिहानी हो।
बाजे बजें सितार बाँसुरी, ररंकार मृदु बानी हो।

कोटि झिलि मिली जहं वहं झलकै, बिनु जल वरसत पानी हो।
सिव अज विस्नु सुरेस सारदा, निज निज मति उनमानी हो।
दस अवतार एक तत राजै, अस्तुति सहज से आनी हो।
कहै कबीर भेद की बातें, विरला कोई पहिचानी हो।
कर पहिचान फेर नहिं आवै, जम जुलमी की खानी हो।

(कबीर)

एकै नाम अधारा, मेरे एकै नाम अधारा हो।
परखि परखि निरखत निस वासर, जग ते भयो निपारा हो।
अष्ट कमल में जीव वसतु हैं, संतगुरु सब्द विचारा हो।
ले कै पवन हंस जब गवन्यो, त्रिकुटी भौ उंजियारा हो।
पैठि पताल मूल बंद बांधो, सुखमन सेज संवारा हो।
निरक्षर झरत अमी तहं बरखत, मनुवा तहां हमारा हो।
गगन मंडल में नौवति बाजै, आठ पहर इकतारा हो।
मारयो ममता चित्त समानो, चौमुख दीपक वारा हो।
छूटी देह नेह रहि इक सो, आदो ब्रह्म विचारा हो।
कह गुलाल साहब हम पायो, जम का करहि हमारा हो।

(गुलाल साहब)

बंसी बाजी गगन में, मगन भया मन मोर।
मगन भया मन मोर महल आठए चढ़ि बैठा।
जहँ उठे सुहंगम शब्द शब्द के भीतर पैठा॥
नाना उठै तरंग राग कुछ बरनि न जायी।
चन्द्र सूर छिप गये सुषुम्ना सेज बिछायी॥
निकलि गयी तन गेह नेह उनहीं सन लागी।
दसवां द्वारा फोड़ि ज्योति बाहर ह्वै जागी।
पलटू धारा तेल की मेलत ह्वै गयी भोर।
बंसी बाजी गगन में मगन भया मन मोर।

(पलटू साहब)

निर्वाण निर्गुण नाम है जप लाग अनहद तान को।
विमल ज्ञान विराग उपजै धसन धारा ध्यान को।
ध्यान धरके सिखर देखो जिकर रारंकार को,
जपत अजपा गगन देखो लखौ एक मस्यालचो।

दहिने घंटा शंख बाजै बायें किंगरी सारंगी,
मधुर मुरली मध्य बाजै, ज्योति एक विराजती।
यही है एक कथा निर्गुण दूसरी नाँहि जानते।
जगजीवन प्राणहि सोधि कै छुटि जात आवागमन ते।

(जगजीवन

अब हम आनन्द के घर पावा।
आठ पहर ह्या नौबत बाजै सुरति सोहागिनि मंगल गावा।
विमल विमल ध्वनि उठी गगन सुनि स्वयं हृदय रस उमगि जगावा।
पानी पवन ह्या गम नाही अमी बन्द झरिलावा।
चांद सूर्य ह्या उदय नहीं है रोम रोम रबि शशि छबि छावा।
सदा अनत बसंत अगम सुख चहुं दिशि परम सोहावा।
यह सब अद्भुत् खेल विदेही आवा गमन नसावा।
रामलाल के सतगुरु समरथ जे अगम्य को गाय लखावा।।

(बाबा रामलाल)

यह कहने की आवश्यकता नही है कि आकाश मे या मनुष्य के शरीर मे घंटा, सारगी, बसी, मशालची जैसी वस्तु नही है। इन शब्दो का व्यवहार तो केवल अन्तर्मुख होने पर जो अनुभव होता है उसको थोडा बहुत समझाने के लिए किया गया है।

इस प्रसग मे दो तीन शब्दो की ओर ध्यान आकृष्ट करना आवश्यक है। प्रणव के लिए बहुत से अवसरो पर सन्तो ने नाम या सत्य नाम शब्द का व्यवहार किया है। जो लोग वैदिक वाङमय से परिचित हैं वह जानते होगे कि सामवेद मे उसी प्रकार उद्गीथ शब्द का व्यवहार हुआ है। एक और शब्द विचारणीय है "रकार"। अभी जगजीवन साहिब की जो रचना उद्धृत की गयी है उसमे "जिकर ररकार का" ऐसा पद आया है। इसी पुस्तक मे पहले बाबा रामलाल की एक रचना अवतरित की गयी थी जिसमे यह पक्ति आयी है

आदि शब्द अहै ओंकारा, उठै शब्द धुनि ररकारा।

बहुत से लोग ऐसे पदो की मीमासा करने मे ररकार का अर्थ करते हैं "राम"। उनका यह कहना है कि अभ्यासी को "राम" ऐसी ध्वनि सुन पड़ती है। इस सम्बन्ध मे मेरा यह निवेदन है कि सुन पडने का तो यदि अभ्यासी चाहे कोई भी ध्वनि सुन पड सकती है। जिस प्रकार चलती हुई रेल की पटरी से टकराने पर जो आवाज निकलती है उसमे अपनी इच्छा के अनुसार गाने तक सुने

जा सकते हैं पर यह सुननेवाले की कल्पना है। किसी प्रकार यदि कोई अपने इष्टदेव का नाम अनाहत में सुनता है तो यह उसकी कल्पनामात्र है। राम, कृष्ण शिव उसमें यह सभी स्वन विद्यमान हैं। ठीक भी है। वह सभी स्वनों का समुच्चय है और ब्रह्मांड में जितने शब्द हैं, जितनी ऐसी ध्वनियां हैं जिनका उच्चारण हो सकता है, वह सब उसके भीतर हैं। परन्तु मेरा यह निवेदन है कि राम या और किसी प्रकार का विशिष्ट शब्द अनुभव में नहीं आता। जहां अक्षरावत लिखा करते हैं वहां अक्षरों के नाम इसी प्रकार लेते हैं। रारंकारा का अर्थ हुआ "र" यह "रव" का संक्षिप्त रूप है और रव का अर्थ है आवाज, स्वन। मूल शब्द ओंकार तो अनुच्चार्य है। परन्तु उसमें से असंख्य उच्चार्य ध्वनियां निकली हैं। वह असंख्य रवों का आकर है। बाबा रामलाल ने जहां यह कहा है :

उठै शब्द धुनि रारंकारा

वहां उनका यह तात्पर्य हो सकता है और यही तात्पर्य जगजीवनदास जी का भी हो सकता है। जिक्र सूफियों की भाषा में मंत्र के जप करने को कहते हैं।

नादानुसंधान के सम्बन्ध में हठयोगप्रदीपिका के यह श्लोक भी अवधार्य हैं :

मनोमत्तगजेंद्रस्य विषयोद्यानचारिणः।
नियंत्रणे समर्थोऽयं निनादनिशितांकुशः ।।
बद्धं तु नादबंधेन मनः संत्यक्तचापलम्।
प्रयाति सुतरां स्थैर्यं छिन्नपक्षः खगो यथा ।।
सर्वचिन्तां परित्यज्य सावधानेन चेतसा।
नाद एवानुसंधेयो योगसाम्राज्यमिच्छता ।।
अंतरंगस्य यमिनो वाजिनः परिघायते।
नादोपास्तिरतो नित्यमवधार्या हि योगिना ।।
अनाहतस्य शब्दस्य ध्वनिर्य उपलभ्यते।
ध्वनेरंतर्गतं ज्ञेयं ज्ञेयस्यांतर्गतं मनः ।।
मनस्तत्र लयं याति तद्विष्णोः परमं पदम्।
यत्किंचिन्नादरूपेण श्रूयते शक्तिरेव सा।
यस्तत्त्वांतो निराकारः स एव परमेश्वरः ।।
सदा नादानुसंधानात्क्षीयंते पापसंचयाः।
निरंजने विलीयेते निश्चितं चित्तमारुतौ ।।

शब्द आदि विषयरूप जो उद्यान उसमे विचरता हुआ जो मनरूप उन्मत्त गजे है उसके परावर्तन। (लौटाना) मे यह नादरूप जो तीक्ष्ण अकुश है वही समर्थ है

नादरूप जो बधन का साधन है उससे अपनी शक्ति के अनुसार बधन को प्राप्त हुआ मन अर्थात् नाद की धारणा आदि मे आसक्त हुआ चित्त और इसी से भली प्रका त्याग दी है क्षण क्षण मे विषयो की ग्रहण रूप चपलता जिसने ऐसा मन निरन्त स्थिरता को प्राप्त होता है अर्थात् धारणा को प्राप्त इस प्रकार होता है जैसे छेदन कि हैं पक्ष जिसके ऐसा पक्षी हो जाता है। इस श्लोक से शुभ आश्रय मे चित्त का स्थाप रूप है उस धारणा को कहा है जो इस वचन मे कही है कि प्राणायाम से पवन को औ प्रत्याहार से इन्द्रियो को वश मे करके शुभाश्रय (ब्रह्मरध्र) मे चित्त की स्थिरत को करे।

बाह्य और भीतर के जो सम्पूर्ण विषय हैं उनकी चिंता को त्यागकर सावधान (एकाग्र)चित्त से राजयोग का अभिलाषी योगी नाद का ही अनुसधान करे अर्थात् नादाकार वृत्ति का प्रवाह करे।

और योगीजन का जो अनरग (मन)रूप वाजी है उसके परिघ अर्थात् घुड शाला के द्वार मे अवरोधक लोहदड के समान नाद है। निदान जैसे वाजिशाला का परिघ वाजी की अन्यत्र गति को रोकता है इसी प्रकार नाद भी मन की अन्यत्र विषयादि को मे गति है उसको रोकता है इस कारण से योगीजन निश्चल करके नाद की उपासना का निश्चय करे।

अनाहत अर्थात् बिना ताडना के उत्पन्न जो शब्द उसकी जो ध्वनि प्रतीत होती है उस ध्वनि के अन्तर्गत ही ज्ञेयरूप प्रकाशमान चैतन्य है और उस ज्ञेय के अन्तर्गत अन्तःकरण रूप मन है और उस ज्ञेय मे ही मन विलय को प्राप्त होता है अर्थात् परम वैराग्य से सपूर्ण वृत्तियो से शून्य होकर सस्कारमात्र शेष रह जाता है और वही विष्णु (व्यापक)आत्मा का परमपद है अर्थात् योगीजनो की प्राप्ति के योग्य अन्तःकरण की वृत्तिरूप उपाधि से रहित आत्मारूप है।

जो कुछ नाद रूप से सुना जाता है वह शक्ति ही है और जिसमें तत्वों का लय होता है वह निराकार परमेश्वर है अर्थात् सपूर्ण वृत्तियो का क्षय होने पर जो स्वरूपा-वस्थित है वही आत्मा है।

सदैव नाद के अनुसधान से पापो के समूह क्षीण होते हैं और निर्गुण चैतन्य में चित्त और पवन ये दोनो अवश्य लीन हो जाते हैं अर्थात् मन और प्राण इन दोनो का ब्रह्म में लय हो जाता है।

इस स्थल पर दो बातें कहकर सावधान करना भी आवश्यक प्रतीत होता है। यह जो अनाहत के उदय होने पर आनन्द मिलता है उसमे बहुत से अभ्यासियों का विश्

इतना रम जाता है कि वह आगे बढ़ना चाहते ही नहीं। जैसा कि हठयोगप्रदीपिका में कहा गया है :

घनमुत्सृज्य वा सूक्ष्मं सूक्ष्ममुत्सृज्य वा घने।
रममाणमपि क्षिप्तं मनो नान्यत्र चालयेत्॥

जो घन नाद है उसको छोड़कर सूक्ष्म सूक्ष्म को छोड़कर घन में रमण करता हुआ जो क्षिप्त चित्त है वह भी विचलित नहीं होने पाता। नाद के पर्दे के भीतर रह जाता है।

यह बात तो अच्छी है परन्तु नाद साधक का अन्तिम लक्ष्य नहीं है। वह समाधि का साधक है। परन्तु यदि प्रमाद से काम लिया जाय तो साधक ही बाधक हो जायगा। साधारण नाद और वाद्य मनुष्य के चित्त को आकृष्ट कर लेते हैं। यह प्रसिद्ध ही है कि हरिण संगीत सुनकर उसके निकट चला जाता है और व्याध के हाथ फंस जाता है। सर्प चक्षुश्रवा है, कान से सुन नहीं सकता परन्तु यदि अच्छा संगीत हो रहा हो या नृत्य हो रहा हो तो केवल आंख से लययुक्त गति को देखकर या उसकी धमक से पृथिवी के विकम्पित होने से वशीभूत हो सकता है। तब फिर इस अनाहत नाद रूपी मानसरोवर का एक बार भी जिसका आचमन करने का अवसर मिला उसके लिए इसको छोड़कर जाना बड़ा कठिन हो जाता है। जैसा कि प्रदीपिकाकार ने लिखा है :

अस्तु वा मास्तु वा मुक्तिरत्रैवाखंडितं सुखम्।
लयोद्भवमिदं सौख्यं राजयोगादवाप्यते॥

मुक्ति हो चाहे न हो पर यहां अखंड सुख है। यह लय से उत्पन्न हुआ सौख्य राजयोग द्वारा प्राप्त होता है। यही लय स्थान है। जो इस सुख में रह गया वह आगे बढ़ने से वंचित रह जायगा।

यत्र कुत्रापि वा नादे लगति प्रथमं मनः।
तत्र तत्र स्थिरीभूत्वा तेन सार्धं विलीयते॥

नाद में जहां भी घन में या सूक्ष्म में मन लग जाय उसी में चित्त को स्थिर करना चाहिए। उसके साथ चित्त का विलय होगा।

यह जो भी नाद सुने जाते हैं यह सर्वोच्च भूमिका की तो हैं नहीं अतः इनके साथ चित्त के लय होने का यह अर्थ है कि मृत्यु काल में भी चित्त उसी नीचे की भूमि में रह जायगा। अभ्यासी का प्रयास नष्ट नहीं होगा। वह इस बार योगभ्रष्ट हुआ अगले

जन्म म फिर योगाभ्यास करेगा और उन्नति करेगा इसमे कोई सन्देह नही है। प
यदि इसी जन्म मे अनाहत के ऊपर उठ सका तो यह उसके आध्यात्मिक कल्याण के
अच्छा होगा।

कुछ पृष्ठ पहले यह कहा था कि यो तो धारणा के अनेक साधन हैं। प
मेरी समझ मे नादानुसधान अर्थात् सुरति शब्दयोग उनमे सर्वोत्तम है और सब उ
जहा कन्ही व्यक्तिया को रुचिकर प्रतीत होगे वहा दूसरो को विरस लगेंगे। उन
किसी मे भी इतनी क्षमता नही है जो सार्वभौम हो अर्थात् प्रत्येक साधक के ि
कल्याणकारी हो। ऐसा नही है कि सुरति शब्दयोग प्रयास की अपेक्षा न करता ह
धारणा की भूमिका तक वह व्यक्ति पहुचेगा जो नीचे के अगो मे पर्याप्त गति रखता
और यहा पहुचकर भी प्रयास करना होगा। दिव्य सवेग से काम लेना होगा अन्य
या तो वास्तविक अनाहत नाद का उदय ही नही होगा या थोडी दूर आगे चलने
बाद साधक की गति रुक जायगी। या फिर वह अवस्था उत्पन्न हो जायगी जिस
ओर भी सकेत हुआ है। जो आनन्द इस स्तर पर पहुचकर मिलता है उसके प्रलोभ
मे फसकर आगे बढना बन्द हो जायगा। इन सब बातो के होते हुए भी मैं फि
इस बात को दुहराना चाहता हू कि धारणा के अन्य सब साधनो म इसका स्थान मे
समझ मे सर्वोच्च है और यह सवमुमुक्षु साध्य है। इसके सम्बन्ध मे कहा गया है

श्री--आदिनाथेन सपादकोटिलयप्रकारा॰ कथिता जयन्ति।
नादानुसधानकमेकमेव मन्यामहे मुख्यतम लयानाम्॥

श्री आदिनाथ शकर ने लय के लिए सवा करोड उपाय बताये हैं यह सभी उत्तम
हैं। परन्तु हम ऐसा समझते हैं कि उनमे अकेला नादानुसधान मुख्योत्तम है।

इस सम्बन्ध म गोरक्ष की सम्मति भी द्रष्टव्य है

अशक्यतत्त्वबोधानाम् मूढानामपि सम्मतम्।
प्रोक्त गोरक्षनाथेन नादोपासनमुच्यते॥

जो लोग समाधि के तत्त्व को समझन म असमर्थ हैं जो लोग हीनबुद्धि हैं उनके
लिए भी नाद उपासन की विधि ठीक है ऐसा गोरक्ष कहते हैं।

इस अध्याय के शीर्षक म ध्यान का भी उल्लेख है। परन्तु इस विषय मे कुछ
अधिक कहने की आवश्यकता नही। ध्यान की जो परिभाषा दी गयी है उससे ही यह
स्पष्ट है कि ध्यान के लिए कोई पृथक् प्रक्रिया नही है। धारणा ही परिपक्व होकर ध्यान
में परिणत हो जाती है। जिस एकाग्रता की ओर धारणा के प्रारम्भ मे चित्त अभिमुख

होता है वह ध्यान की भूमिका में स्थिर हो जाती है और पतंजलि के शब्दों में प्रत्यय को एकतानता प्राप्त हो जाती है। वस्तुतः जैसा कि अगले अध्याय में दिखलाया जायगा समाधि के लिए भी कोई पृथक् प्रक्रिया नहीं है। जिस परिणाम का आरम्भ धारणा से होता है उसकी समाप्ति समाधि में होती है।

उदाहरण के लिए नीचे कुछ महात्माओं के वचन उद्धृत करता हूं जिन्होंने अपने अपने ढंग से साधक के प्रारम्भिक अनुभवों का चर्चा किया है। प्रारम्भिक शब्द का प्रयोग इसलिए कर रहा हूं कि इसके ऊपर के जो अनुभव हैं उनका सम्वन्व समाधि की भूमिकाओं से है। वह इनसे कुछ दूसरे प्रकार के होते हैं। उनका जिक्र आगे होगा।

कोई सुनता है गुरु ज्ञानी, गगन में आवाज होती झीनी।
पहिले होता नाद विन्दु से, फेर जमाया पानी।
सव घट पूरन पूर रहा है, आदि पुरुष निर्वानी।
जो तन पाया पटा लिखाया, त्रिस्ना नहीं वुझानी।
अमृत छोड़ि विषय रस चाखा, उल्टी फांस फंसानी।

ओअं सोहं वाजा वाजै, त्रिकुटी सुरत समानी।
इड़ा पिंगला सुषमन सोधे, सुन्न धुजा फहरानी।
दीद वरदीद हम नजरों देखा, अजरा अमर निसानी॥
कहै कवीर सुनो भाई साधो, यही आदि की वानी।

(कवीर)

गाड़ि ज्ञान को वांस सुरति की डोर है।
चढ़ा खिलाड़ी धाय जगत में सोर है।
अमर लोक के वीच हरी इक दूव है।
अरे हां पलटू हृद अनहद के पास तमासा खूव है॥

आसिक चला सिकार वड़े दरियाव में।
वड़का रोहू वझा परा जव दांव में।
वूड़े कितिक गंवार येही के कारने।
अरे हां पलटू लगा हमारे हाथ कुंड के सामने॥

पच्छिउं गंगा वहै पानी है जोर का।
वीच मंहै इक कुंड मुरेरा तोर का।
उलटी वहै वयार नाव मुरकाय दै।
अरे हां पलटू उतरे येहि के पार तो सधो जाय है॥

तिरबेनी के घाट नाव को आनि कै।
सुखमनि घाट थहाय चलावो जानि कै।
असो सगम के बीच पहारी फोरि कै।
अरे हा पलटू गुन को खंचु सिताब काम है जोर कै॥
जहा न जप तप नेम ज्ञान ना ध्यान है।
पानी पवन अकास नाहि ससि भान है।
जोग जुक्ति ना सुरति नाहिं दिन रात है।
अरे हा पलटू मन बुद्धि चित न जाय तहा की बात है॥

(पलटू

घट घट मे नाद उच्चार बानी,
मिहीं महल मे मारफत पावता है।
ताल मिरदग जहा सख पूरिये
बिना मुख नाद बजावता है।
तूर तुतकार धुमार तिस नगर मे,
अजब गुलजार इक नूर चपा।
कोकिला बैन सुख चैन सुनते भये,
बिधा है हस लै बिरह कपा।
आद अरु अत इक मद्ध मेला भया,
सिखर की सुध मे जिकर लागी।
केतकी कमल जह अजब बाडी बनी,
भवर गुजार नि:तन्त रागी।
दुलहनी सग दुलहा भई देख कर,
सख रबि झिलमिलै नूर जोती।
अजब दरियाव जह कोट बेडे पडे।
चुगत है हस बिन चच मोती।
जह गुमठ अनूप इक सेत छत्तर बना,
गगन गुलजार जह नूर गादी।
दास गरीब दिल दूसरा दूर कर,
सबूद अतीत सुन में समाधि॥

अध्याय १५

योग के अंग—समाधि (सम्प्रज्ञात)

पिछले अध्याय के अन्तिम भाग में यह दिखलाया गया है कि धारणा से लेकर समाधि तक एक ही प्रक्रिया चलती है। कोई दूसरी प्रक्रिया नहीं है। चित्त की जो अवस्था धारणा से आरम्भ होती है वह समाधि में जाकर पूर्णता को प्राप्त करती है। इसी बात को ध्यान में रख कर सूत्रकार ने समाधि की इस प्रकार परिभाषा की है :

तदेवार्थमात्रनिर्भासं स्वरूपशून्यमिव समाधिः। (३,३)

वही अर्थमात्र निर्भास और स्वरूप शून्य के समान समाधि हो जाती है। और फिर कहा है कि :

त्रयमेकत्र संयमः। (३,४)

वही तीनों एकत्र संयम कहलाते हैं। पहले मैं इस छोटे से दूसरे सूत्र का अर्थ किये देता हूं।

इसमें इतना ही कहा गया है कि ध्यान, धारणा और समाधि तीनों का मिला जुला नाम संयम है। एक नाम देना ठीक भी है। जब तीनों एक दूसरे के स्तर मात्र हैं और एक ही प्रकार के प्रयास करने से क्रमशः समुदित होते हैं तो बहुधा उनको एक ही नाम से पुकारने से काम चल सकता है। अब रही समाधि की परिभाषा। इसमें का वह शब्द ध्यान के लिए आया है अर्थात् ध्यान जब अर्थमात्र निर्भास हो जाता है तब उसे समाधि कहते हैं। जब किसी विषय का चिन्तन होता है तो इस क्रिया के तीन अंग होते हैं। इन तीनों में से यदि एक का भी अभाव हो जाता तो चिन्तन की क्रिया नहीं हो सकती। उस अवसर पर चिन्तन शब्द ही निरर्थक हो जायगा। वह तीन अंग हैं—चिन्तक अर्थात् चिन्तन करने वाला, चिन्त्य अर्थात् जिस विषय की चिन्ता की जाय, इन दोनों के बीच का समय अर्थात् चिन्ता। इनके कुछ और भी पर्याय हैं जैसे द्रष्टा, दृश्य और दर्शन। इसके समान ही ध्याता, ध्येय और ध्यान का व्यवहार होता है।

ध्यान दोनो म त्रिपुटी होनी है। साधक अपने चित्त को देश विशेष पर बाधता तब वह द्रष्टा चिन्तक या ध्याता के रूप म होता है। चित्त की चचलता के कार ध्येय हट जाता है और दूसरा ध्येय बीच म आ जाता है। अभ्यास के बढने पर एक ध्येय सामने रहता है। इसी को प्रत्यय की एकतानता कहा गया है परन्तु त्रिपुटी त भी रहती है। ऐसी अवस्था आ जाती है कि त्रिपुटी के दो अग लुप्त से हो जाते हैं और केवल एक अग भासमान होता है। वह अग है ध्येय जिसका ही प्रस्तु सूत्र मे अर्थ किया गया है। इससे पहले जो अनुभव होता है उसका रूप यह है

मैं अमुक वस्तु का ध्यान कर रहा हू या अमुक वस्तु मेरे ध्यान का विषय है अभ्यास के परिपक्व होने पर मै और ध्यान यह दोना अग दब से जाते हैं। बस जिस वस्तु का ध्यान किया जा रहा था वही अनुभव म रहती है। अनुभव करने वाले को न अपनी सत्ता का अनुभव रहता है और न यही अनुभूति होती है कि अनुभव किया जा रहा है।

हमारे ज्ञान के सामान्यत दो स्तर होते है। मेरे सामने लाल कपडा पडा है। पहला स्तर यह है कि मुझको लाल कपडे का ज्ञान है। परन्तु यदि गम्भीरता से देखा जाय तो इस ज्ञान के पीछे एक और ज्ञान होता है। मुझे इस बात का ज्ञान है कि मुझको लाल कपडे का ज्ञान है। मैं जानता हू कि मैं लाल कपडे को जानता हू। फोटो का कैमरा यदि सामने आ जाय तो उस पर भी इस कपडे का चित्र आ जायगा। परन्तु उसको उस कपडे का ज्ञान नही होगा। वह यह नही कह सकता कि मेरे ऊपर चित्र लिया गया है और मैं जानता हू कि मेरे ऊपर चित्र लिया गया है। अस्तु, जब तक ध्यानावस्था है तब तक साधक के ज्ञान म वही दो स्तर होते हैं। जब मैं की ही अनुभूति न रहे यह भी अनुभूति न रहे कि अनुभव किया जा रहा है वह अवस्था समाधि की होती है।

आत्मा प्रत्येक अनुभव का साक्षी है। मरने पर भी इन्द्रिया के अधिष्ठानो पर बाहरी विषया के आघात होते रहते हैं परन्तु साक्षी रूप आत्मा से वियोग हो जाने स अनुभव नही होते। परन्तु अभ्यास करते समय यह नही कहा जा सकता कि आत्मा से वियोग हो गया है। साधक जीवित है। इससे शरीर से आत्मा का विच्छेद नही हुआ है शारीरिक और मानसिक सभी क्रियाओ का साक्षी आत्मा है। इसलिए पूर्ण रूप से त्रिपुटी का अनुभव हो या न हो परन्तु आत्मा तो है ही। इसीलिए कहा है कि समाधि मे एक ओर तो केवल अर्थमात्र अर्थात् ध्येय मात्र भासमान होता है और दूसरी ओर द्रष्टा अर्थात् ध्याता इस पर विद्यमान है जैसे वह स्वरूप शून्य हो गया हो। उसकी सत्ता की झीनी आभा पड रही है। ध्येय का आभास पूर्ण रूप से है। ध्याता का आभास बहुत ही सूक्ष्म रूप मे है। सच तो यह है कि ध्याता और ध्येय

दोनों प्राय: एक हो गये हों ।. यदि परमात्मा ध्येय है तो साधक और परमात्मा में प्राय: अभेद हो गया है। ऐसी अवस्था में ध्यान के लिए अवकाश ही नहीं रहता। यदि द्वैत बुद्धि उदात्त हो जैसा कि ध्यान में होता है तब तो यह प्रतीति हो कि मैं परमात्मा का ध्यान कर रहा हूं। जब यह कहना कठिन हो गया हो कि ध्याता ध्येय में कोई अन्तर भी है, या न हो तो कौन किसका ध्यान करे। कौन द्रष्टा और किसका द्रष्टा हो जैसा कि वृहदारणयक उपनिषद् में कहा कया है :

विज्ञातारमरे केनाभिजानीयात् ।

अरे, जानने वाले को किस साधन के द्वारा जाना जाय।

समाधि के विषय में कुछ कहने के पहले थोड़ा सा चर्चा इस बात का भी हो जाना चाहिए कि आजकल अद्वैत वेदान्त के अनुयाइयों में बहुधा समाधि के सम्बन्ध में कैसा विचार प्रचलित है। ऐसा माना जाता है कि अनेक जन्मों के पुण्य के उदय होने पर जिज्ञासा उत्पन्न होती है और धीरे धीरे जिज्ञासु की मोक्ष की इच्छा प्रबल होती जाती है। उसके हृदय में इहामुत्र के—दृष्ट और आनुश्रविक विषयों की ओर से वितृष्णा बढ़ती जाती है। वह छ: गुणों से सम्पन्न होती जाती है : वह गुण हैं, शम, दम, उपरति, तितिक्षा, श्रद्धा और समाधान। चित्त को विषयों की ओर से खींचना शम और इन्द्रियों पर नियंत्रण रखना दम है, सर्दी, गर्मी, भूख, प्यास को सहन तितिक्षा है, और प्रचलित कर्मकांड पूजा पाठ और दूसरे संसारी कामों को छोड़ना उपरति है। श्रद्धा और समाधान का अर्थ स्पष्ट है। इन गुणों से सम्पन्न होने पर मुमुक्षु सद्गुरु की शरण में जाता है। वहां वह गुरु के सत्संग से श्रवण और मनन का अभ्यास करता है। अद्वैतवाद के अनुसार जीव और ब्रह्म में कोई अन्तर नहीं है। इसलिए जीव को ब्रह्म बनाना नहीं है। उसको अपना भूला हुआ स्वरूप समझा देना है। इस विषय में एक उदाहरण दिया जाता है :

सिंह का कोई बच्चा भेड़ों के बीच में पला था। उनके साथ रहते रहते अपने को भेड़ समझने लगा था। कहीं उधर से एक बड़ा सिंह आ गया। उसने उसको समझाया कि तू मूर्ख है इनका और तेरा क्या साथ। तू तो मेरे समान सिंह है। परन्तु यह बात उस बच्चे की समझ में नहीं आती थी। तब वह सिंह उसको एक कुयें के पास ले गया और जल में उसको अपनी परछायीं दिखलायी और फिर उसको कहा कि तू अपनी परछाईं देख तब उसको विश्वास हो गया कि मैं सचमुच सिंह हूं। सिंह तो वह पहले से था केवल अज्ञानवश अपने को भेड़ समझ रहा था। इसी प्रकार गुरु शिष्य को उसके भूले स्वरूप का परिचय देता है। यदि कुयें का जल निर्मल नहीं होता तो

उसको अपनी परछाईं न दिखाई पडती। जल का निर्मल होना आवश्यक है अन्तःकरण रूप जल को निर्मल करने के लिए निदिध्यासन किया जाता है। फि बिना परिश्रम के आत्मसाक्षात्कार हो जाता है।

निदिध्यासन

निदिध्यासन योगाभ्यास का ही नाम है। वेदान्त के तीन प्रतिष्ठान अर्थात् प्रामाणिक ग्रंथ माने जाते है—उपनिषद् व्यासकृत शारीरिक सूत्र और भगवद्गीता। इन तीनो मे ही योग की आवश्यकता पर जोर दिया गया है। श्वेताश्वतर उपनिषद और कठोपनिषद मे तो स्पष्ट चर्चा है ही दूसरे उपनिषदो मे भी यत्र तत्र योग की प्रशस्ति की गयी है। कठ ने यह बतलाकर कि नचिकेता ने यम से वेदान्त के शास्त्रीय ज्ञान के साथ साथ सम्पूर्ण योगविधि सीखी। कहा है कि

अन्योऽपि य एवं वेद।

दूसरा कोई जो भी इस प्रकार जानेगा वह नचिकेता के समान ही ब्रह्मज्ञानी होगा। कहने का स्पष्ट तात्पर्य यह हुआ कि ब्रह्मज्ञानी होने के लिए शास्त्रीय ज्ञान के साथ साथ योग का भी ज्ञान चाहिए। बृहदारण्यक उपनिषद में ब्रह्म का यह रूप बतलाया है

एतद्वै तदक्षरं गार्गि ब्राह्मणा अभिवदन्त्यस्थूलमनण्वह्रस्वमदीर्घमलोहितमस्नेहमच्छायमतमोऽवाय्वनाकाशमसङ्गमरसमगन्धमचक्षुष्कमश्रोत्रमवागमनोऽतेजस्कमप्राणममुखममात्रमनन्तरमबाह्यं न तदश्नाति किंचन न तदश्नाति कश्चन।

हे गार्गि इसको ब्राह्मण अक्षर कहते हैं यह न मोटा है न पतला है न छोटा है, न लम्बा है न लाल है। उसका कोई रंग नही है। बिना स्नेह के है बिना छाया के है, बिना अंधेरे का है वह वायु नही है आकाश नही है यह असंग है रस से रहित है गन्ध से रहित है इसको नेत्र नही श्रोत नही वाणी नही मन नहीं इसको तेज नही प्राण नही मुख नही परिमाण नहीं इसके कुछ भीतर नही इसके कुछ बाहर नही न यह कुछ भोगता है न कोई उसका उपभोग करता है।

इसके सम्बन्ध में कहा है

आत्मा वारे द्रष्टव्यः श्रोतव्यो मन्तव्यो निदिध्यासितव्यः।

यह आत्मा द्रष्टव्य (देखने योग्य) श्रोतव्य (सुनने योग्य) मन्तव्य (मनन)

करने योग्य और निदिध्यासन करने योग्य है। दूसरे प्रस्थान वेदान्त दर्शन में भी योग का चर्चा है। कई सूत्र इस विषय के मिलते हैं, जैसे :

आसीनः सम्भवात् । (४।१।७)

आसन पर बैठकर सम्भव होने से। शंकराचार्य ने अपने भाष्य में इस बात को विशद रूप से समझाया है कि क्यों आसन से बैठकर ही निदिध्यासन किया जा सकता है।

यत्रैकाग्रता तत्राविशेषात् । (४।१।११)

जहां चित्त एकाग्र हो सके उसी स्थान पर ध्यान करना चाहिए। इस सम्बन्ध में किसी दिशा, नगर, ग्राम, गृह आदि में कोई विशेषता नहीं है।

असकृदभ्यासात् ।

बारंबार अभ्यास करने से। इस सूत्र से पतंजलि के नीचे दिये सूत्र की ध्वनि आ रही है :

स तु दीर्घकालनैरन्तर्य्यसत्कारसेवितो दृढभूमिः ।

और तीसरा प्रस्थान भगवद्गीता का है। उसमें छठां अध्याय तो विशेष रूप से योगपरक है ही अन्य कई स्थानों पर भी प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से योग की प्रशंसा की गयी है।

परन्तु आजकल योग के सम्बन्ध में उन लोगों को जो अपने को वेदान्ती कहते हैं दृष्टि कुछ बदली हुई सी है। सन्यासियों में यह बात विशेष रूप से देख पड़ती है। योग करना मना नहीं है। अब भी इन लोगों में अच्छे योगी हैं परन्तु योग के प्रति वैसा आग्रह नहीं देख पड़ता जो प्राचीनों में था। इन लोगों में वैष्णव, शैव, शाक्त और तांत्रिक सभी प्रकार के उपासक हैं और ऐसे लोग भी हैं जो प्रायः किसी विशेष उपासना पद्धति के अनुयायी नहीं हैं। योग के प्रति इस उदासीनता के दो कारण हैं। कुछ तो काल का प्रभाव इन लोगों पर भी पड़ा है। कलिकाल में योग सम्भव नहीं है और आवश्यक भी नहीं है। इस विश्वास का जादू इन लोगों पर भी फिर चुका है। दूसरे लोगों में एक विशेष विश्वास यह है कि चाहे कोई योगाभ्यास के द्वारा ऊंची से ऊंची समाधि भूमिका में पहुंच जाय परन्तु वह मोक्ष प्राप्त नहीं कर सकता। उसकी पहुंच अपर ब्रह्म अर्थात् मायाशबल ब्रह्म तक ही रहेगी। कल्प के अन्त में महाप्रलय होने पर जब ब्रह्मा की आयु समाप्त होगी उस समय ऐसा व्यक्ति भी शुद्ध ब्रह्म में लीन होगा।

तब फिर मोक्ष का साधन क्या रहा ? इन लोगो का यह कहना है कि ससार की प्रतीति अविद्या से होती है। अविद्या का विरोध विद्या से होता है, किसी कर्म से नही। यदि किसी कमरे मे अन्धकार है तो वह अन्धकार प्रकाश से दूर होगा। निश्चय ही, प्रकाश का पहुचाना चाहे वह दियासलाई जलाने से हो, बिजली के बल्ब दबाने से हो या किसी दूसरे प्रकार से हो, एक प्रकार का कर्म है पर उस कर्म की महत्ता गौण है। यदि मिट्टी से घडा बनता है और कुम्हार उसे गढता है तो घडे के उपादान कारण के रूप मे मिट्टी के लिए और निमित्त कारण के रूप मे कुम्हार का महत्व है।

परन्तु जिस गदहे की पीठ पर मिट्टी लादकर लायी गयी उसका ऐसा महत्व नही है। वह घडे के कारणो मे परिगणित नही है। इसी प्रकार योग एक कर्म है।

वह स्वय अविद्या का विरोधी नही हो सकता। अविद्या के दूर करने मे कुछ हद तक भले ही सहायक हो परन्तु उसका विशेष महत्व नही है। अविद्या तो विद्या या ज्ञान से ही दूर होगी।

इस प्रकार के विद्वान् वैदिक कर्मकाड से तो कोई सम्बन्ध रखते ही नही, चाहे वह गृहस्थ हो चाहे सन्यासी। वेदान्तदर्शन के पहले ही सूत्र मे अथातो ब्रह्म जिज्ञासा कहा गया है। अथ तथा अत का अर्थ लगाने मे आचार्यों ने यह दिखलाया है कि वैदिक कर्मकाड निष्फल नही है। उससे चित्त की शुद्धि होती है और वह गम्भीर ब्रह्मतत्व की जिज्ञासा करने के योग्य बनता है। परन्तु हमारे नये जिज्ञासु पहले दिन से ही यह समझ लेते हैं :

ब्रह्मार्पण ब्रह्महविर्ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् ।
ब्रह्मैव तेन गन्तव्यम् ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥

जिसको ब्रह्म मे समाधि प्राप्त है उसके लिए कर्म मे लगना अनावश्यक है। वह तो ब्रह्मरूपी अग्नि से ब्रह्मरूपी हवि को ब्रह्म को अर्पित करता है। ऐसा करनेवाला स्वय ब्रह्म रूप है और वह अपने इस हवि के द्वारा ब्रह्म को ही प्राप्त होगा। इस श्लोक और इसी प्रकार के अन्य दूसरे वाक्यो के द्वारा ऐसे विद्वान् अपनी पुष्टि कर लेते है और ऐसा मानते हैं कि उनके लिए वैदिक कर्म प्रपच मे पडने की आवश्यकता नही है। जहा तक निदिध्यासन की बात है, कोई भार ढोना ही चाहे तो मनाही नही है परन्तु इसकी आवश्यकता भी नही है। योग, जप, तप, यह सब कर्म हैं, नीचे की सीढिया निम्न कोटि के अधिकारी के लिए है। जो अधिकारी ऐसा मानता और समझता है कि नेह नाना स्तिकिचन ।

यहा कही रत्ती भर भी नानात्व नही है। वह किस की उपासना करे और क्यो करे ? किसी ने कहा है

योग और जाप बिन ताप तीनों गयो ज्ञानकारिणी वस्तु गुरु बतायो ।
पुन्य और पाठ तप तीर्थहुं ना किया सहज ही मुक्ति फल हाथ आयो ?
कौन सा देव जेहिं शीष पाती धर कौन हरिनाम का भार ढोवै
आत्माराम सा देव है आप में, पेट भर खाय सुखनींद सोवै ।

यह किसी बड़े महात्मा का कथन हो या न हो परन्तु बहुत से नये वेदान्तवादियों की भावना को व्यक्त करता है ।

निदिध्यासन का काम वह लोग विचार से लेते हैं। विचार के नाम पर उपनिषद् और गीता का जी भर कर अध्ययन करते हैं। नित्यप्रति इन पुस्तकों के नये अनुवाद प्रकाशित होते रहते हैं। वेदान्त सूत्रों का अध्ययन कुछ कम होता है क्योंकि वह ग्रन्थ कुछ कठिन है। उसमें दुरूह शास्त्रार्थ का बाहुल्य है। विशेषतः सन्यासियों में इन ग्रन्थों के सामान्य रूप से अध्ययन के साथ साथ चारों महावाक्यों पर विचार विमर्श करने में अधिक परिश्रम किया जाता है। महाकवाक्य ये हैं :

१. अहम् ब्रह्मास्मि—मैं ब्रह्म हूं ।
२. प्रज्ञानं ब्रह्म—ज्ञान ही ब्रह्म है ।
३. तत्त्वमसि—तू वह है ।
४. अयम् आत्मा ब्रह्म—यह आत्मा ब्रह्म है ।

सभी सम्भव तर्कों के द्वारा इन वाक्यों में व्यक्त हुए तत्त्वों की पुष्टि की जाती है और अन्त में जिज्ञासु अपने को उसकी सत्यता का पूरा विश्वास दिला देता है। वह ऐसा मानने लगता है :

ब्रह्म सत्यं जगन्मिथ्या ।

ब्रह्म सत्य है और जगत् मिथ्या है ।

इस बात को भी दृढ़ता के साथ मान लेता है कि वेद में कहीं भी ब्रह्म से इतर किसी पदार्थ का चर्चा नहीं है। सांख्य आदि जितने अन्य दार्शनिक मत हैं वह सब "अशब्द" हैं अर्थात् वैदिक शब्द में, श्रुति में उनका चर्चा नहीं है, वेद बाह्य हैं। इस प्रकार ज्ञान की जो सामग्री संग्रहीत होती है उसकी सत्यता में मुझको सन्देह नहीं है। परन्तु बौद्धिक साक्षात्कार मात्र की स्थिरता पर सन्देह हैं। इस प्रकार का ज्ञान अध्यात्मिक संकट के समय काम आ सकेगा या मृत्यु के उपरान्त आश्रय देने में समर्थ होगा, यह निश्चय हो

वेदान्त के आचार्य समाधि के दो भेद मानते हैं सविकल्प और निर्विकल्प। सविकल्प वह समाधि है जिसमे द्रष्टा, दर्शन, और दृश्य की त्रिपुटी बनी रहती है। निर्विकल्प मे दृश्य मात्र रह जाता है। यह वर्णन समाधि की उस परिभाषा से मिलता है जो इस अध्याय के प्रारम्भ मे दी गयी है। परन्तु यह विवाद का विषय हो सकता है कि निदिध्यासन के लिए योग से भिन्न किसी अन्य उपाय का आलम्बन लेकर किसी को कभी भी समाधि का अनुभव हो सकता है या नहीं।

अब मैं प्रकृत विषय पर आता हूं और योगशास्त्र की परिभाषाओं के अनुसार समाधि का जो रूप है उसका वर्णन करूंगा।

सम्प्रज्ञात समाधि

जो चित्त समाधि की ओर झुकता है उसकी अवस्था पतजलि ने इन शब्दो में वर्णन किया है

सर्वार्थतैकाग्रतयो क्षयोदयौ चित्तस्य समाधिपरिणाम । (३, ११)

जिस अवस्था मे चित्त में सर्वार्थता का क्षय और एकाग्रता का उदय हो उसको समाधि परिणाम कहते है। साधारणत हमारे चित्त सर्वार्थ होते हैं। अर्थात् एक के बाद एक अनेक पदार्थ उनके विषय बनते है। विक्षिप्त चित्त का यही लक्षण है कि वह किसी एक जगह पर देर तक नही टिक सकता। विषय से विषयान्तर मे फेंका फिरता है एसे चित्त मे रजोगुण की प्रधानता होती है यद्यपि थोडा सा मेल सत्त्वगुण का भी होता है जिसके कारण उसमे थोडी थोडा देर के लिए कुछ स्थिरता आ जाता है। जब ऐसा होने लग तो सत्त्वगुण की मात्रा के बढने के फलस्वरूप रजोगुण की मात्रा कम होने से एकाग्रता कुछ बढी अर्थात दूसरे शब्दा मे सर्वार्थता कुछ कम हो तब यह कह सकते हैं कि चित्त म समाधि परिणाम का उदय हुआ। समाधि तत्काल नही आ जाती। समाधि परिणाम का उदय धारणा की अवस्था मे होगा। धीरे धीरे ध्यान की अवस्था पहुचने पहुचते जब प्रत्यय की एकतानता होगी तब वह एकाग्रता परिणाम होगा जिसका चर्चा ध्यान के प्रकरण मे आ गया है। जब इस प्रकार ध्यान करते करते एकाग्रता दृढ होगी तब चित्त का झुकाव समाधि की ओर बढ जायगा और अन्त मे वह निरोध परिणाम भी उदय होगा जो समाधि का वास्तविक लक्षण है। उसका चर्चा यथास्थान होगा। सर्वार्थता से एकाग्रता की ओर जाना हसी खेल नही है। चित्त का प्रवाह शान्त और अक्षुब्ध रहे इसके लिए बहुत प्रयास करना पडता है जैसा कि पतजलि ने कहा है

तस्य प्रशान्तवाहिता सस्कारात । (३,१०)

अर्थात् चित्त की प्रशान्तवाहिता संस्कार के कारण होती है।

इस सम्बन्ध में भाष्यकार ने कहा है :

निरोधसंस्काराभ्यासपाटवापेक्षा प्रशान्तवाहिता चित्तस्य भवति तत्संस्कारमान्द्ये व्युत्थानधर्मिणा संस्कारेण निरोधधर्मः संस्कारोऽभिभूयते इति ।

चित्त के प्रशान्तवाहति निरोध के अभ्यास में पटुता होने की अपेक्षा करती है। यदि एतद्विषयक अर्थात् निरोध सम्मत संस्कार मंद हुए तो फिर व्युत्थानधर्मी संस्कार मन को दवा लेंगे। इसका तात्पर्य यह है कि चित्त में निरन्तर संघर्ष चलता रहता है। एक ओर तो एकाग्रता की ओर चित्तवृत्ति जाती है दूसरी ओर अनेक जन्म से आयी हुई सर्वार्थता का संस्कार खींचता है। एकाग्रता संस्कार अन्तर्मुख होने की ओर ले जाना चाहता है। सर्वार्थता संस्कार हठात् बहिर्मुख रखना चाहता है। यदि एकाग्रता संस्कार प्रवल पड़े तो चित्त समाधि की ओर जा सकेगा अन्यथा फिर व्युत्थान अर्थात् जगत् की प्रतीति की शिला पर गिरकर चकनाचूर हो जायगा। यदि सौभाग्य से साधक का प्रयास प्रवल और सफल हुआ तो फिर उसको सफलता सूचक एक विशेप उपलब्धि प्राप्त होगी।

पतंजलि के शब्दों में :

क्षीणवृत्तेरभिजातस्येव मणेर्ग्रहीतृग्रहणग्राह्येषु तत्स्थतदञ्जनतासमापत्तिः।
(१,४१)

वृत्ति के क्षीण होने पर पारदर्शक मणि के समान ग्रहीता, ग्रहण और ग्राह्यों में तटस्थता तथा तदञ्जनता की समापत्ति प्राप्त होती है।

जो मनुष्य उपनेत्र (चश्मे) से काम लेता है उसके लिए यह आवश्यक है कि इस उपकरण का शीशा विल्कुल साफ हो। यदि शीशा में कुछ भी दोष हुआ तो वह दोष उन वस्तुओं पर आरोपित हो जायगा जो चश्मे से देखी जायंगी। या तो उनमें कुछ किसी ओर हल्का सा टेढ़ापन आ जायगा या किसी रंग की प्रतीति होगी। परन्तु यदि शीशा निर्मल हो और उसकी वनावट पूर्णतया ठीक हो तो वस्तु यथावत देख पड़ेगी। जगत् और हमारे वीच में चित्त रूपी चश्मा है। साधारणतया यह चश्मा अपने गुण का आरोप जगत् पर किया करता है। जिसके चश्मे का जैसा शीशा होगा वैसा ही उसका जगत्। किसी के लिए यह जगत् सुखमय है, किसी के लिए दुःखमय, किसी के लिए इस में कुटिल और धूर्त मनुष्य सर्वत्र देख पड़ते हैं किसी के लिए यहां सज्जनों की वस्ती है। फिर जिसको यह जगत् जैसा प्रतीत होता है उसकी प्रतिक्रिया वैसी होती है। वह उस जगत् के प्रति वैसा आचरण करता है। जगत के स्वरूप को यथार्थ न जानकर तथावत व्यवहार

होता है और ऐसा व्यवहार चश्मे के शीशे को और भी विकृत करता है। हमारे चित्त मे और भी विकार उत्पन्न होता है। यह बात चक्रनेमिक्रमेण बराबर होती रहती है। गाडी के पहिये का एक भाग ऊपर आता है, घूमकर वह भाग नीचे आता है और फिर घूमकर ऊपर आता है। प्रत्येक बार घूमते समय अपने साथ कुछ न कुछ कूडा करकट बटोरता रहता है।

परन्तु जो मनुष्य धारणा के अभ्यास से ध्यान की भूमिका मे पहुचता है और फिर उसकी गति समाधि की ओर बढती है जिसको एकाग्रता की न्यूनाधिक सिद्धि हुई है और इसके फलस्वरूप चित्तवृत्तियो का क्षोभ कम हुआ है। उसके चित्त की अवस्था चश्मे के निर्मल और पारदर्शक शीशे जैसी होती है। इसी को अभिजात मणि कहा है। यह मणि यह शीशा अपनी ओर से कुछ नही जोडता। जो पदार्थ उसके सामने आता है उसका विषय बनता है, उसको ज्यो का त्यो उपस्थित करता है और पतजलि के शब्दो मे उस पदार्थ म तत्स्थ और उस पदार्थ से रञ्जित होता है। तत्स्थ का अर्थ है उससे उसम स्थित होना और तदञ्जनता का अर्थ है उससे रगा जाना। निर्मल शीशा जो पदार्थ उसके सामने आता है उसमे तादात्म स्थापित कर लेता है। उसके साथ सारूप्य स्थापित कर लेता है। फलत हम चश्मे के शीशे को नही प्रत्युत उस पदार्थ को देखते हैं। किसी प्रकार जब चित्त की वृत्तिया क्षीण होती हैं और वह शुद्ध होता है तो वह उन पदार्थों को जो उसके सामने विषय रूप से आते हैं यथावत् प्रकट करता है। उनके साथ तादात्म्य स्थापित कर लेता है।

वह कौन से पदार्थ हैं जो चित्त के सामने आ सकते हैं ? वह तीन प्रकार के हैं। पतजलि ने उनके लिए ग्रहीता, ग्रहण और ग्राह्य शब्दो का व्यवहार किया है। तीनो की समाप्ति अर्थात् तदात्मता और शुद्ध ज्ञान का अर्थ होता है।

ग्रहीता का अर्थ है पकडनेवाला अर्थात् ज्ञान का धारण करने वाला। दूसरे शब्दो म द्रष्टा या ध्याता से ग्रहण का अर्थ है ज्ञान और दर्शन का साधन, प्रकरण। ग्राह्य मे तात्पर्य है ग्रहण होने योग्य वस्तु अर्थात् वस्तु दृश्य या ध्येय। इन्द्रिया के जितने भी विषय हैं वह सब ग्राह्य शब्द के अन्तर्गत हैं। पचमहाभूत के अतिरिक्त पच तन्मात्रा अर्थात् शब्द, स्पर्श रूप, रस और गन्ध ग्राह्य हैं। इन्द्रिया की भी गणना ग्राह्यों मे ही करनी चाहिए। इसके साथ ही इन्द्रियो और अहकार ग्रहण करने के दर्शन के उपकरण हैं, साधन हैं। अत यह सब ग्रहण हैं। बुद्धियुक्त पुरुष को ग्रहीता कहते हैं। शुद्ध आत्मा या पुरुष चिन्मय होने से किसी विषय का ज्ञाता नही होता। जब उसका बुद्धि से योग होता है तभी वह द्रष्टा और ज्ञाता अर्थात् ग्रहीता हो सकता है। इस सूत्र का अर्थ यह है कि जब चित्त धारणादि के अभ्यास से निर्मल हो जाता है तो वह सभी विषयों का यथार्थ ज्ञान कर सकता है। बिना चित्त के तो किसी प्रकार का ज्ञान हो ही नही सकता।

यह शुद्ध चित्त का लक्षण है कि वह अन्य सब विषयों के साथ साथ अपना ज्ञान भी कराता है।

हम पहले कह आये हैं कि जो लोग योगभ्रष्ट होते हैं अर्थात् एक जन्म में योगाभ्यास में पूर्ण सफलता प्राप्त नहीं कर सकते उनका प्रयास अकारथ नहीं जाता। कुछ काल तक ऊंचे लोकों में अपने पुण्य को भोगकर वह फिर मनुष्य योनि में जन्म लेते हैं और अच्छे कुल में शरीर धारण करते हैं। यदि उनके पिछले जन्म का अभ्यास अच्छा रहा तो योगियों के कुल में ही जन्म होता है और इसके बाद अपने पहले जन्म का छोड़ा हुआ अभ्यास फिर से आरम्भ करते हैं। योगभ्रष्टों में कुछ लोग पिछले जन्म के बड़े ऊंचे अभ्यासी होते हैं। उनको नया शरीर धारण करने पर पहले की बहुत सी स्मृति बनी रहती है और नीचे से आरम्भ करने की आवश्यकता नहीं होती। उपदेश और दीक्षा उनके लिए बहाना मात्रा होता है। ऐसे लोगों की समाधि को भव प्रत्यय कहते हैं। भव प्रत्यय का अर्थ है "जन्म है कारण जिसका"। इन लोगों के लिए इनके जन्म को समाधि का कारण कह सकते हैं। परन्तु ऐसे लोग बहुत थोड़े होते हैं। अधिकांश साधकों को चाहे उन्होंने पिछले जन्म में कुछ अभ्यास किया भी हो एक बार नीचे से ही प्रयत्न करना पड़ता है। इनके लिए समाधि उपाय प्रत्यय है अर्थात् उसका कारण उपाय है। ऐसे लोगों के लिए समाधि की अनुभूति "श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि तथा प्रज्ञापूर्वक" होती है अर्थात् क्रमशः चित्त में इन गुणों का उदय होता है और इनमें से प्रत्येक गुण समाधि प्राप्त करने के लिए उत्तरोत्तर प्रबल साधक होता है।

सबसे पहला गुण श्रद्धा है। किसी पदार्थ पर श्रद्धा रखने का अर्थ है उसके विषय में यह विश्वास रखना कि वह सत्य है। ज्यों ज्यों साधक अभ्यास करता है और उसके अनुभव खुलते हैं त्यों त्यों उसको इस बात की प्रतीति होता जाती है कि मुझको शास्त्र तथा गुरु ने यही तो बतलाया था। अतः शास्त्र और गुरु की सत्यता पर विश्वास बढ़ता जाता है। यह विश्वास उनकी आज्ञा मानने के लिए प्रेरणा देता है। ऐसी प्रेरणा से अभिरुचि बढ़ती है क्योंकि यह विश्वास होता है कि इस मार्ग पर चलने से और जो बातें बतलायी गयी हैं वह भी निश्चय ही सिद्ध होंगी। अतः श्रद्धा से वीर्य उत्पन्न होता है। वीर्य से तात्पर्य शक्ति, तत्परता और उत्साह से है। वीर्य की वृद्धि से स्मृति की परिशुद्धि होती है। स्मृति का साधारणतः अर्थ है अनुभूत विषय का असम्प्रमोष अर्थात् पहले अनुभव में आयी हुई बात न न भूलना। साधारणतः हम लोग स्मृति शब्द का इसी अर्थ में व्यवहार करते हैं। इस जीवन में जितने अनुभव हुए हैं उनमें से अधिकांश को हम काल पाकर भूल जाते हैं। यदि प्रत्येक समय पुरानी बातों के बोझ ढोने पड़ें तो जगत् व्यवहार कठिन हो जाय। जो बातें भूली हुई हैं विशेष अवसरों पर और विशेष प्रयत्न से ...

जन्म मे अनुभवो का तो कहना ही क्या है। परन्तु वह अनुभव अपने सस्कार हमारी बुद्धि पर छोड गये हैं। सब लोगो के पुराने अनुभव एक से नहीं थे। इसलिए इस शरीर मे सब की बुद्धि सबकी रुझान सबकी प्रवृत्तियाँ, एक सी नही हैं। हमारे बहुत से पुराने सस्कार ऐसे हैं जिनका हमको साधारणत परिचय नही मिलता। परन्तु वह कही न कही भीतर दबे रहते हैं। कभी कभी स्वप्न आदि की अवस्था मे कुछ विकृत रूप मे सामने आ जाते हैं। परन्तु सामने चाहे न भी आयें, भीतर से किसी दबे हुए स्तर से हमारे जीवन को प्रेरित करते रहते हैं। यदि उनका साक्षात्कार हो जाय तो उनमे से जो बुरे सस्कार हैं हम उनको दबाने का भी प्रयत्न कर सकें। परन्तु साधारणत यह भी सम्भव नही होता। परन्तु जब समाधि के पथ पर लगे हुए योगी मे श्रद्धा और वीर्य का जागृति होती है तो उसके साथ ही उसकी स्मृति भी जागती है। न केवल इस जन्म की वरन् पहले जन्म के भी अपने सस्कार अपने सामने आते हैं। चित्त मे स्वत कुछ इस ढग की प्रक्रिया होती है जिसका उपयोग मानस उपायो से मानव रोगो के उपशम के लिए किया जाता है। अपना चित्त स्वय सस्कारो के उस बोझ को कुछ कुछ पहचानने लगता है जिसको वह अनेक जन्मो से ढोता आया है। ऐसा होने से वह उनका नियत्रण कर सकता है। जो अच्छे सस्कार हैं उनको फलीभूत होने का अवसर दे सकता है और जो बुरे सस्कार हैं उनका उसी प्रकार शमन कर सकता है जिस प्रकार वह इस जन्म की जागृत प्रावृत्तियो का शमन करता रहा है। इससे एक बडा लाभ यह होता है कि जो भोग कभी किसी भावी जन्म मे आगे भोगने पडते उनमे से कइयो की इसी शरीर से निवृत्ति हो जाती है। इस प्रकार जब स्मृति की शुद्धि होती है तो स्वत चतुर्मुख शुद्धि होती है और अपनी गुप्त और प्रकट दुर्बलताओ से लडकर विजयी होने से साधक की शक्ति भी बढ़ती है। इसलिए स्मृति के बाद चित्त मे एकाग्रता और स्थिरता की वृद्धि होती है। इसी अर्थ मे पतजलि ने यहा समाधि शब्द का व्यवहार किया है।

अनुभवो का होना अच्छा है परन्तु उनके यत्रवत् होने से कोई विशेष लाभ नहीं होता। अनुभवो की सार्थकता इस बात मे है कि उनका एक दूसरे साथ सन्तुलन और समन्वय किया जाय। एक अनुभव दूसरे अनुभव से मिलाया जाय। इस प्रकार जब अनुभवो का एक दूसरे के साथ सम्बन्ध स्पष्ट होता है तभी उनके मिलन से उस ज्ञान का उदय होता है जो योगियो को मोक्ष देने वाला है। जब एकाग्रता दृढ होती है तब योगी मे प्रज्ञा का उदय होता है।

योगशास्त्र मे समाधि के दो भेद किये गये है सम्प्रज्ञात और असम्प्रज्ञात। जिस समाधि मे विषय का सम्यक् प्रकार से ब्योरेवार ज्ञान हो वह सम्प्रज्ञात है। इससे जो भिन्न है उसे असम्प्रज्ञात कहेगे। सम्प्रज्ञात समाधि के भी चार भेद या यों कहिए कि चार स्तर माने जाते हैं वितर्क, विचार आनन्द और अस्मिता। वर्गी-

करण को थोड़ा और आगे बढ़कर वितर्क और विचार के भी दो दो भेद कर दिये जाते हैं: सवितर्क और वितर्क, सविचार और निर्विचार। इस प्रकार सब मिलाकर सम्प्रज्ञात समाधि के छः भेद हुए।

उदाहरण के लिए ऐसा मान लिया जाय कि साधक किसी स्थूल वस्तु जैसे—हाथी के शरीर को धारणा का अवलम्बन बनाता है। उसकी धारणा ध्यान में और ध्यान समाधि में परिणत होगा। उसके चित्त में हाथी है परन्तु उसके सामने जो विषय है वह इतना ही नहीं है। हाथी के साथ साथ हाथी का नाम और हाथी का ज्ञान भी है। वह हाथी के सम्बन्ध में कई बातें जानता है। वह सब भी हाथी के शरीर के साथ साथ उसके अनुभव की सामग्री है। इस अवस्था का नाम सवितर्क समाधि है। क्रमशः उसके ध्यान का क्षेत्र और संकुचित होगा। उसके सामने केवल वह पदार्थ रह जायगा जिसे हाथी कहते हैं। नाम और गुण तथा नाम और गुण का ज्ञान, यह ज्ञान कि मैं हाथी को देख रहा हूं, यह सब विलीन हो जायगा और उसका चित्त हाथी मात्र पर एकाग्र होगा। यह निर्वितर्क समाधि है। यह समाधि ग्राह्य वर्ग के उन पदार्थों तक सीमित रहती है जो स्थूल हैं जैसे महाभूत।

इस प्रकार स्थूल विषयों के सम्बन्ध में जो कुछ भी जाना जा सकता है वह निर्वितर्क समाधि की अवस्था में जान लिया जाता है। जब सूक्ष्म ग्राह्य जैसे पांच में से कोई तन्मात्रा एकाग्रता का विषय बनाया जाय तो विचार कोटि की समाधि में प्रवेश होता है। मूल विषय के साथ साथ और दूसरी बातें जिनका साधक को पहले से ज्ञान होता है चित्त में विद्यमान रहती हैं। अतः विषय भी एक प्रकार से मिश्रित रहता है। उस सम्बन्ध की अवस्था सविचार समाधि कहलाती है। जब वह विषय अपने शुद्ध रूप में सामने आता है और उसकी सहवर्ती बातें दब जाती हैं तब निर्विचार समाधि होती है। यहां तक समाधि के क्षेत्र में स्थूल एवं सूक्ष्म ग्राह्य विषय होते हैं।

अब ज्ञान के उपकरणों की बारी आती है। इनमें ज्ञानेन्द्रिय हैं, अहंकार और कुछ हद तक बुद्धि भी है। जब यह विषय समाधि के क्षेत्र में आता है तो उस अवस्था का नाम आनन्द समाधि होता है। सवितर्क और सविचार समाधियों में रजोगुण के साथ साथ सत्त्वगुण काम करता है। आनन्द समाधि में सत्त्वगुण का बाहुल्य है और शेष दोनों गुण प्रायः तिरोहित हो जाते हैं। जब इससे भी ऊपर उठकर ग्रहीता समाधि का विषय बनता है तो प्रायः शुद्ध सत्त्वगुण ही रह जाता है और अपनी सत्ता ही अनुभूतिका विष यहो जाती है। जैसा कि चतुर्थ अध्याय में दिखलाया जा चुका है इस पृथक् सत्ता की अनुभूति के दो अंश हैं। एक तो शुद्ध चित्त पदार्थ और दूसरा कल्पित चित्त पदार्थ। सत्य के ऊपर सदा एक झीना सा पर्दा

अभ्यास नही होगा और समाधि की अनुभूति नहीं होगी। यहां पहुंचकर सम्प्रज्ञात समाधि समाप्त हो जाती है।

इतना स्मरण रखना चाहिए कि जब ग्राह्य विपयीभूत होता है तो उसके साथ साथ ग्रहण और ग्रहीता भी पृष्ठभूमि मे रहते हैं और ग्रहण के साथ भी तनु रूप मे ग्रहीता का भान होता है। कहने का तात्पर्य यह है कि वितर्क समाधि के पीछे विचार, आनन्द और अस्मिता की भी हल्की सी प्रतीति होती रहती है। विचार के साथ इसी प्रकार आनन्द और अस्मिता बने रहते हैं और आनन्द की भी आड मे अस्मिता झांकती रहती है। सम्प्रज्ञात समाधि को सबीज समाधि भी कहते हैं क्योंकि इस समाधि का सुख चाहे कोई व्यक्ति लाखो वर्ष तक लेता रहे फिर भी ससार की ओर लाने वाले सस्कार विद्यमान रहेगे। यही बीज हैं। इनसे फिर ससाररूपी महावटवृक्ष हरा भरा हो जायगा।

एक बात बहुत महत्त्व की है और उसकी ओर मैं विशेप रूप से ध्यान दिलाना चाहता हू।

समाधि के वितर्क आदि भेदों की गौणता

ऊपर समाधि के वितर्क आदि के भेद बतलाये गये हैं। उनसे किसी जिज्ञासु के चित्त मे दो शकायें उठ सकती हैं। क्या प्रत्येक व्यक्ति के लिए किसी स्थूल ग्राह्य पदार्थ को धारणा बनाकर चलना होगा और वितर्क समाधि के अन्त होने पर किसी सूक्ष्म ग्राह्य पदार्थ को धारणा का अवलम्बन बनाकर नयी यात्रा आरम्भ करनी होगी ? और क्या यही क्रम आनन्द और अस्मिता के लिए होगा ? इससे तो चित्त की प्रशान्त धारावाहिक गति टूट जायगी। मेरा कथन यह है कि शास्त्र की मर्यादा की दृष्टि से मैंने इन बातो का चर्चा किया है। परन्तु किसी ऐसे साधक को जो मुमुक्षु हो इन बातो की ओर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता नही है। उसको चाहिए कि नाद या अन्य जिस किसी आलम्बन को उसके गुरु ने धारणा का सहारा बतलाया हो उसको पकडकर चला जाय। बार बार धारणा के विषय को बदलने की कोई आवयकता नही है। चित्त समाधि परिणाम की ओर अग्रसर होकर निरोध परिणाम के मार्ग को अपने आप पकड लेगा और वितर्क तथा विचार की भूमिया मे बिना भटके उसकी गति आनन्द और अस्मिता तक हो जायगी जहा से यदि उससे बन पड तो वह असम्प्रज्ञात समाधि के क्षेत्र मे भी प्रवेश कर सकता है।

तो यह प्रश्न हो सकता है कि पतजलि ने इस विषय का यहा चर्चा ही क्यो किया ? एक बात ध्यान रखने की है। जिन सूत्रो म समधि के इन भेदो का चर्चा है वह त्रिभूतिपाद को दृष्टि मे रखकर बने हैं। इस पाद मे यह बतलाया गया है कि योगी को किस प्रकार की सिद्धिया *अर्थात् विशेष शक्तियां प्राप्त हो सकती हैं।* पतजलि ने यह दिखलाया है कि

र सिद्धि के लिए किसी न किसी विशेष विषय पर संयम करना होगा अर्थात् धारणा से लेकर समाधि तक का प्रयास करना होगा। जितने उपाय उन्होंने वतलाये हैं उन सब में धारणा का सहारा या तो स्थूल है या सूक्ष्म। मैंने हाथी का उदाहरण भी उनके ही एक सूत्र से लिया है। उस सूत्र में कहा गया है कि :

बलेषु हस्तिबलादीनि । (३,२३)

यदि कोई चाहता है कि मेरे शरीर में हाथी जैसा वल आ जाय तो उसको हाथी के शरीर पर संयम करना चाहिए। धारणा से लेकर समाधि तक का विषय हाथी होगा। यह स्पष्ट ही है कि ऐसे प्रसंग में जो समाधि होगी वह या तो वितर्क या विचार कोटि की होगी। इस वात को ध्यान में रखकर पतंजलि को समाधि के इन भेदों का चर्चा करना पड़ा। असम्प्रज्ञात समाधि की ऊंची भूमिका तक पहुंचकर तथा योग के सब मंजिलों को पार करके योगी जो चाहे कर सकता है। ऐसा योगी कपिल के शब्दों में : सर्वविज्ञ, सर्व-कर्ता—सर्वज्ञ और सर्वशक्तिमान होगा। विना परिश्रम के वह इच्छामात्र से जो कुछ चाहेगा जान सकेगा और जो कुछ चाहेगा कर सकेगा। परन्तु अभ्यास की अवस्था में स्थूल सूक्ष्म विषयों को लक्ष्य वनाकर वितर्क और विचार समाधि की वात सोचने की जी भर आवश्यकता नहीं है।

इस अवस्था तक पहुंचे हुए साधक को दो क्षमतायें अनायास ही प्राप्त हो जाती हैं जिनका पतंजलि ने इन शब्दों में वर्णन किया है :

१. ऋतम्भरा तत्र प्रज्ञा। (१,४८)
२. परमाणुपरममहत्त्वान्तोऽस्य वशीकारः। (१,४८)

१. उसकी प्रज्ञा ऋतम्भरा होती है या उसमें ऋतम्भरा प्रज्ञा उत्पन्न होती है।
२. परमाणु से लेकर परम महत् पदार्थ तक उसके वश में हो जाता है।

ऋतम्भरा का अर्थ है ऋत से अर्थात् सत्य से परिपूर्ण या परिपोषित। वह जिस विषय का ज्ञान चाहता है उसके विषय में निर्भ्रान्त और सम्पूर्ण जानकारी प्राप्त होती है।

वितर्क और विचार समाधियों के विषय में जो उपाय वतलाया गया है उसके द्वारा छोटे से छोटे और से बड़े से बड़े, स्थूल से स्थूल और सूक्ष्म से सूक्ष्म, विषय को आलम्बन वनाकर वह जानकारी प्राप्त करता है।

...रों योगियों के दर्शन

लेता है वह वस्तुत अपनी शक्ति और जीवन की घड़ियों को नष्ट कर रहा है। उस प्रयास वैसा ही है जैसे किसी का बन्दूक से मक्खी का शिकार करना। इस सम्बन्ध लोक में एक कथा प्रसिद्ध है। किसी नदी के किनारे एक महात्मा का आश्रम था। उन एक शिष्य जो नदी के दूसरे किनारे पर कुटी बनाकर रहता था कई सालों के बाद अ गुरु से मिलने आया। वर्षा का दिन था। नदी में बाढ़ आयी हुई थी। बड़ी तेज ह चल रही थी। प्रणाम, आशीर्वाद के बाद गुरु ने पूछा कि इस वक्त तो ऋतु बड़ा खराब है तुम कैसे आये ? उसने कहा कि महाराज, आपके आशीर्वाद से मैं जल पर यों ही टहल हुआ चला आया। गुरु ने कहा "यह तुमने बड़ा भारी काम किया। पाच छः वर्षों के ब तुम्हारे दर्शन हुए। इतने दिनो मे तुमने दो पैसे बचा लिये। इसके लिए तुमको बधा देता हू। वह इस बात को कुछ समझ नही पाया। इसका अर्थ पूछा। गुरु ने क दूसरा आदमी होता तो मल्लाह को तो दो पैसे देकर इस पार आता। तुमने पाच वर्ष त घोर तपस्या करके और योग का अभ्यास करके वह सिद्धि प्राप्त की जिससे तुम्हा दो पैसे बच जायगे। वह लज्जित हुआ और उसकी समझ मे आ गया कि मैंने सचमु व्यर्थ का प्रयास किया। इतने दिनो के वैराग्य और अभ्यास के बाद ऐसी सिद्धियों के पी दौड़ा जो सब किसी न किसी प्रकार इन्द्रियो के विषय है। अस्तु यदि किसी को ऐ चीजों की इच्छा है तो मुझे उससे कुछ नहीं कहना है। परन्तु जब जिज्ञासु आत्म साक्षात्कार के लिए अभ्यास करता है और यहा तक पहुच चुका है तो उसको द अवधान देने हैं। पतजलि ने एक सूत्र मे कहा है :

स्थान्युपनिमंत्रणे संगस्मयाकरण पुनरनिष्टप्रसगात् । (३,५०)

जो साधक क्रमश समाधि की भूमिकाओ मे आगे बढ़ता है उसको कई प्रकार के अनुभव होते हैं। इनमे से कुछ की ओर पिछले अध्याय मे सकेत किया जा चुका है। कवल भांति भाति के शब्द आदि गोचर नही होते प्रत्युत सूक्ष्म लोको का भी साक्षात्कार होता है। लोक शब्द से घबराना नही चाहिए। इस शब्द का व्यवहार भौगोलिक अर्थ मे नही हुआ है। कई ऐसी पुस्तको मे जिनके रचयिता योगी समझे जाते हैं या स्वय योगी होने का दावा करते हैं ऐसी भाषा का प्रयोग होता है जैसे पृथिवी पर की किसी यात्रा का वर्णन किया जा रहा हो। अमुक लोक स इतनी दूर पर अमुक लोक है। उसके दाहिने या बायें या ऊपर इतना योजन चलने से अमुक लोक मिलता है, इत्यादि इत्यादि। यहा इतने कोस या योजन चल कर कोई यात्रा समाप्त की जाती है, न कहीं उत्तर दक्षिण, पूर्व या पश्चिम का कोई सकेत है, दिक् कब का लुप्त हो चुका होता है। दाहिने, बायें, ऊपर, नीचे जैस शब्द निरर्थक हैं। यह सब लोग तो यहा है, सर्वत्र है और कहीं नहीं है। जितने सत्य या असत्य, भूर्लोक है उतने ही सत्य और उतने ही असत्य वह सब लोक भी हैं।

ो पर हमको जो अनुभव होता है उसको हम यों व्यक्त कर सकते हैं कि हम इस समय लोक में हैं परन्तु इसके साथ ही हमको दूसरे शरीरधारियों की भी ा होती है। युगपत् एक ही जगह मनुष्य लोक भी है। पिपीलिका लोक भी है, क भी है, श्व लोक भी है। कुछ जीव इतने सूक्ष्म हैं कि हमको देख नहीं पड़ते। ो हम किसी यंत्र के द्वारा भी देख नहीं सकते। केवल उनके कार्यों से उनका न कर सकते हैं। उनके भी सूक्ष्म लोक हैं। इसी प्रकार ऐसे भी शरीरधारी हैं ो हम कल्पना तक नहीं कर सकते। उन्होंने अपने अपने कर्म के अनुसार अपने अपने धारण किये हैं। हम उनके समुच्चयों को उनका लोक कह सकते हैं। अस्तु, को बहुत से सूक्ष्म लोकों का अनुभव होता है। इनमें कुछ अनुभव सुखद हैं कुछ । जहां सुखद अनुभव होते हैं उनको देव लोक कहने का चलन है।

देव दो प्रकार के होते हैं: आजान और कर्म। जो लोग अपनी दीर्घ तपस्या और र्या के द्वारा सूक्ष्म लोकों में रहकर जगत् का नियंत्रण करते हैं वह आजान देव हैं। सरे जीवों को आध्यात्मिक जीवन में आगे बढने में सहायता देते हैं। कभी दंड भी तो हित के लिए। ऐसे लोग साध्य भी कहलाते हैं। उनकी ही लोग पूजा करते हैं उनसे ही याग आदि के द्वारा प्रार्थनायें की जाती हैं। श्रौतवाङ्मय में इनका बराबर आया है। देवों के लोक को वेदों में बहुधा नाक कहा गया है। नाक का है न+अ+क—नहीं+नहीं+सुख, अर्थात् सुख। ऐसे लोग भी होते हैं जो पुण्य और पाप तप के बल से कुछ दिनों के लिए देव लोक में जाते हैं। इनको वहां ड तो मिलते हैं परन्तु अधिकार नहीं। अधिकारी देवों को आजान देव और इन वर्ग के व्यक्तियों को कर्मदेव कहते हैं। इनकी पूजा नहीं की जाती। जो भाग्य-साधक हैं उनको आजान देवों के भी दर्शन हो सकते हैं। यह लोग जिन स्थानों के श है वहां के स्थानी कहे गये हैं। जब कोई साधक उधर से निकलता है तो स्थानी ो निमंत्रण देता है कि आप आइये हमारे इस लोक में विश्राम कीजिए। यहां ो अमुक अमुक सुख प्राप्त होंगे। ऐसे ही प्रलोभन यम ने नचिकेता को दिये थे ऐसे प्रलोभनों का सामना प्रायः हर अच्छे साधक को करना पड़ता है। पतंजलि रामर्श देते हैं कि जब स्थानियों की ओर से इस प्रकार का निमंत्रण मिले तो न संग ा चाहिए न स्मय। संग का अर्थ है उस निमंत्रण को स्वीकार करके वहां के भोगों ास्वादन करना। स्मय का अर्थ है मुस्कराना अर्थात् इस बात का अभिमान करना ड मैं इतना बड़ा व्यक्ति हो गया कि देवगण भी मेरे प्रति चाटुकारिता दिखलाते री खुशामद करते हैं। पतंजलि का कहना है कि उभयतः अनिष्ट की आशंका है। दिशाओं में पतित होने की आशंका है। इतने ऊपर जा कर भोगों में फंसना था

जड है। साधक को नम्रता के साथ स्थानियो को प्रणाम करके आगे बढ़ना चाहिए नचिकेता के शब्दो मे तवैव बाह्य तव नृत्यगीते—यह नाच गाना, सवारी, सबको इप करके अपने ही पास रखें। जहा तक मेरी बात है मैं तो एक उद्देश्य लेकर आगे बढ़ रहा हू :

नहि नचिकेता वरमन्यं वृणीते।

नचिकेता कोई दूसरा बर नही मागता।

स्थानियो के दर्शन के सिवाय एक और बात का भी अनुभव हो सकता है। विश्व मे बहुत से अशरीरी तपस्वी और योगी रहते है। उनमे से कुछ को योगभ्रष्ट कहा जा सकता है। कुछ ऐसे हैं जो अपनी इच्छा से योग की उच्चतम भूमिकाओ तक नही जाते। वह जीवो पर दया करके एक दो शरीर और धारण करना चाहते है ताकि दूसरो को सन्मार्ग दिखला सकें। उनको पृथिवी पर कर्मवशात् शरीर नही धारण करना है। ऐसे लोगो का चर्चा प्राचीन वाङ्मय मे बहुत आता है। ऐसा लिखा मिलता है कि अमुक महात्मा अमुक जगह बैठकर तप कर रहे हैं ताकि किसी अगले जन्म मे शरीर धारण करके लोगो को धर्म और ज्ञान का मार्ग दिखला सकें। यदि मैं भूलता नही तो कुछ पुराणो मे ऐसा उल्लेख है कि वशिष्ठ कही हिमालय पर तप कर रहे है और अगले कल्प मे उनको ब्रह्मा होना है। बौद्ध आध्यात्मिक वाङ्मय मे भी ऐसे बहुत से महात्माओ के जिक्र हैं। उनको बोधिसत्व कहते हैं। बोधिसत्व अपनी इच्छा से निर्वाण न लेकर एक बार शरीर और धारण करते हैं। उस शरीर मे वह बुद्ध कहलाते हैं। पद्मनाम, व्रजपाणि, मजूश्री आदि कई बोधिसत्वो के नाम मिलते हैं। ऐसे महाभागो के भी कभी कभी दर्शन मिल जाते है। वह स्वय किसी पर कृपा करके उसको उपदेश देने के लिए दर्शन दे सकते हैं। ऐसा उपदेश भाषा के द्वारा नहीं हुआ करता। किन्ही पुराणो मे कहा है कि सनकादि किसी समय शकर से कुछ सीखने गये थे। उस समय "गुरोस्तु मौन व्याख्यानाम् शिष्यास्तु छिन्नसशया।"

गुरु का व्याख्यान मौन रूप से हुआ और शिष्यो के सब सशय दूर हो गये। यदि सौभाग्य से किसी को सिद्ध दर्शन होता है तो उसे उनका पूर्णरूपेण समादर करना चाहिए। उनके साथ भी वैसा ही बर्ताव करना जो स्थानी के साथ किया जाता है वह अनर्थकारी होगा।

अध्याय १६

योग के अंग—समाधि (असम्प्रज्ञात)

पिछले अध्याय में सम्प्रज्ञात समाधि का चर्चा किया गया था। जो साधक उस स्तर तक पहुंचता है उसके सम्बन्ध में पतंजलि ने कहा है :

तत्परं पुरुषख्यातेर्गुणवैतृष्ण्यम् । (१,१६)

वह (वैराग्य) ऊंचा है। पुरुषख्याति के उदय होने से गुणों के प्रति वितृष्णा हो जाती है।

पुरुषख्याति कहते हैं पुरुष को ऐसा अनुभव होना कि मैं शरीर और चित्त आदि से पृथक् हूं, इनसे मेरा कोई सम्बन्ध नहीं है,। साधारण अवस्था में मनुष्य शरीर और चित्त के धर्मों से तादात्म्य रखकर अपने को दुबला, मोटा, धनी, निर्धन, सुखी, दुखी आदि मानता है। परन्तु जब समाधि की ऊंची भूमिकाओं में पहुंचता है तो उसको यह प्रतीत होता है कि इस प्रकार का तादात्म्य करना भूल है। मेरा इन वस्तुओं से कोई सम्बन्ध नहीं है। यह सब तीनों गुणों की विकृतियां हैं और इन्होंने मुझे बांध रखा है। इस प्रतीति के होने से गुणों और उनकी विकृतियों की ओर से खिचाव का अन्त हो जाता है। तब फिर दृष्ट और आनुश्रविक विषयों के प्रति जो वैराग्य चित्त में पहले से चला आता था वह और भी दृढ़ हो जाता है। उसका स्तर और ऊंचा हो जाता है।

अब साधक के चित्त में असम्प्रज्ञात समाधि के लिए पृष्ठभूमि तैयार हो रही है। सम्प्रज्ञात में तो विषयों का सम्यक् रूप से ब्यौरेवार ज्ञान होता है। असम्प्रज्ञात में यह सब कुछ नहीं होता। सम्प्रज्ञात में कोई न कोई स्थूल या सूक्ष्म विषय चित्त का आलम्बन होता है। असम्प्रज्ञात समाधि में कोई आलंबन नहीं रहता। सम्प्रज्ञात में संस्कारों का वह बीज रहता है जो फिर संसार की ओर ला सकता है। असम्प्रज्ञात में वह बीज भी दग्ध हो जाता है। इसलिए उसको निर्बीज समाधि कहते हैं। सम्प्रज्ञात समाधि अस्मिता तक आ कर रुक जाती है और जहां तक अस्मिता है वहां तक अविद्या है। असम्प्रज्ञात समाधि का पर्यवसान जाकर निरोध पर होता है। उसके सम्बन्ध में पतंजलि ने यों लिखा है :

विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोऽन्यः । (१,१८)

अन्य, सम्प्रज्ञात से भिन्न अर्थात् असम्प्रज्ञात समाधि वह है जिसके पूर्व और विराम प्रत्यय का अभ्यास होता है और जिसमे सस्कार मात्र शेष रह जाता है। विराम प्रत्यय शब्द के दो अर्थ हो सकते है—चित्तवृत्तियो का विराम अर्थात् रुक जाना, उनके निरोध की प्रत्यक्ष अनुभूति—यह एक अर्थ है। यदि यह अर्थ माना जाय तो इस सूत्र का अर्थ यह होगा कि वृत्तियो के प्रवाह के रुक जाने की जो अनुभूति होती है उसका अभ्यास किया जाय। बार बार वह अनुभूति चित्त मे लायी जाय। आरम्भ म यह बात सुकर नही हो सकती। वृत्तियो का प्रवाह रुक जाय अर्थात् निरोध हो जाय यही ऐसी अनुभूति है जो प्राय सहज रूप से किसी को नही होता। उसके अभ्यास करने का अर्थ होगा बराबर लडते रहना और जो भी चित्त मे कोई वृत्ति उठे उसको दबा देना। ऐसा करते करते सूत्रकार के कहने के अनुसार एक दिन सचमुच विराम की अवस्था आ जायगी। उस अवस्था मे चित्त का कोई आलम्बन नही रह जायगा। केवल झीना सा सस्कार बच रहेगा।

यदि दूसरा अर्थ लेना हो तो ऐसा मानना होगा कि प्रत्यय शब्द का प्रयोग कारण के अर्थ मे हुआ है। तब फिर विराम के कारण या कारणो का अभ्यास करना होगा। चित्त के विराम के कारण परम वैराग्य हो सकता है। ऊपर जो सूत्र उद्धृत किया गया है उसमे गुण वैतृष्ण्य का उल्लेख है। उसी भाव को चित्त मे दृढ करना होगा जब किसी भी दिशा मे चित्त चले तो यह भावना करनी होगी। यह तो गुणो का विकार है, इससे मुझसे कोई सम्बन्ध नही है। जब इस प्रकार का प्रयास करते करते चित्त में किसी भी गुणजन्य पदार्थ से लगाव नही रह जायगा तब आपसे आप ही निरोध रूप असम्प्रज्ञात समाधि आ जायगी।

चित्त मे निरोध परिणाम का स्थापित होना या तो कहिए कि निरोध की ओर उसका झुकाव होना एक गहरे सघर्ष के परिणाम पर निर्भर करता है। एक ओर तो व्युत्थान के सस्कार है। समाधि से भिन्न चित्त की जो अवस्था होती है उसको व्युत्थान कहते हैं। वह तमोगुण और रजोगुण प्रधान होती है। यो कुछ छीटे सत्वगुण के भी पडते रहते हैं। चित्त की व्युत्थान अवस्था इस जन्म म ही नहीं वरन् पिछले जन्मो मे रही है। उन जन्मो मे जो अनुभव हुए उनके सस्कार बहुत प्रबल हैं। इसके विरुद्ध समाधिजन्य सस्कार एक दो जन्मो से पडने लगे हैं। चित्त मे आधिपत्य के लिए दोनो प्रकार के सस्कारो मे सघर्ष होता है। यदि व्युत्थान जन्य सस्कार प्रबल हुए तो चित्त ढीला पड जायगा। परन्तु यदि भाग्य से योगाभ्यासजन्य सस्कार प्रबल हुए तो निश्चय ही चित्त असम्प्रज्ञात समाधि की ओर बढेगा।

इस जगह कई शंकायें उठती हैं। इनमें से एकाध की ओर तो आरम्भ में ही ध्यान आकृष्ट किया गया था जहां पतंजलि के संकल्पसूत्र अर्थात् पहले सूत्र पर विचार हुआ था। वहां यह प्रतिज्ञा की गयी थी कि ऐसी शंकाओं का विचार किया जायगा। पहली शंका तो यह होती है कि चित्त में सम्पूर्ण निरोध हो सकता है या नहीं और यदि किसी प्रकार से हुआ तो उसका परिणाम क्या होगा? निरोध का अर्थ हुआ रुक जाना। चित्त के निरोध का तात्पर्य हुआ कि चित्त की वृत्तियों का रुक जाना, चित्त में वृत्तियों का न उठना। परन्तु चित्त अपनी वृत्तियां से पृथक् कोई वस्तु नहीं है। जिस प्रकार पानी की बूंदों के समुच्चय का नाम लहर है उसी प्रकार वृत्तियों के समुच्चय का नाम चित्त है। अब मान लिया जाय कि किसी उपाय से निरोध हुआ तो इस कहने का उद्देश्य यह होगा कि वृत्तियां नहीं रहीं। दूसरे शब्दों में चित्त नहीं रहा, चित्त का अभाव हो गया। चित्त के अभाव और चित्त के निरोध में कोई अन्तर नहीं हो सकता। एक क्षण के बाद दूसरे क्षण में कोई वृत्ति उठती है तो पहले क्षण वाली वृत्ति अपने नाश होने के पहले अपने संस्कार परवर्ती क्षण में उदित होनेवाली वृत्ति को दे जाती है। परन्तु जब किसी क्षण विशेष में चित्त का अभाव हो गया तो दूसरे क्षण के लिए कुछ मिलने को नहीं रहा। देने वाला नष्ट हो गया। चित्त नहीं रहा। वही संस्कारों का आश्रय था। बिना संस्कारों की सम्पत्ति पाये चित्त का व्यापार नहीं चल सकता। अतः दूसरे क्षण में भी चित्त का अभाव होगा और दूसरे ही नहीं तीसरे, चौथे और पांचवें, आने वाले अनन्त क्षणों में चित्त का अभाव होगा। यह तभी सम्भव है जब उस क्षण में जब उसके चित्त का निरोध हो साधक की मृत्यु हो जाय। वह समाधिस्थ हो कर बैठे और फिर उस समाधि से न उठे। स्पष्ट ही सूत्रकार का यह तात्पर्य नहीं है। परन्तु निरोध का को दूसरा परिणाम हो भी नहीं सकता।

उस सूत्र को लीजिए जो थोड़ी देर पहले अवतरित हुआ था और यह मान लिया जाय कि उसमें जो प्रत्यय शब्द है उसका वही अर्थ है जो मैंने पहले कहा था। विराम प्रत्यय का अभ्यास कैसे होगा? विराम का ठीक अर्थ तो निरोध हो सकता है। किसी क्षण विशेष के पहले निरोध हुआ नहीं था। अब यदि निरोध होता है तो वह आशंका उठ खड़ी होती है, जिसका अभी उत्थापन हुआ है। तब निरोध का अभ्यास, निरोध की अनुभूति का दुहराया जाना कैसे होगा? यदि निरोध का वैसा अर्थ न करके इतना ही मान लिया जाय कि चित्त को निरालम्ब नहीं परन्तु यथाशक्य आलम्बनहीन बनाने का प्रयास हो रहा है तो तात्पर्य यह होगा कि उसका आलम्बन शून्य होगा। कई दृष्टियों से यह अवस्था सुषुप्ति, औषध-मुग्धता (बेहोशी) यह महाप्रलय जैसी होगी। वृत्तियां प्रलीन हो जायंगी परन्तु कहीं जायंगी नहीं। काल पाकर फिर उठेंगी और फिर संसार का अनुभव होगा। इससे कैवल्य नहीं मिल सकता।

यदि प्रत्यय शब्द का दूसरा अर्थ लिया जाय और यह माना जाय कि विराम प्रत्यय से वृत्तिया के कारण अर्थात् गुणो से सबध राहित्य प्रयोजन है तब भी काम नहीं बनता। बार बार और निरन्तर यह भावना की जा सकती है कि मेरा गुणो से कोई सम्बन्ध नही है। गुणा की विकृतिया से मैं सर्वथा निलिप्त हू और मुझे उनसे कुछ नहीं लेना देना है। परन्तु इस प्रकार के अभ्यास से क्या होगा ? चित्त मे, एक नकारात्मक वृत्ति व्याप्त हो जायगी। "यह नही है" ऐसा तो भान हो सकता है। परन्तु "क्या है" इसकी अनुभूति नहीं होगी। बौद्ध योगी जिसको शून्य कहते हैं, जो अभावात्मक है उसकी जगह तो चित्त मे बन जायगी परन्तु क्या है, वास्तविकता का स्वरूप क्या है, इसके लिए कोई स्थान न होगा। सच तो यह है कि श्रुति ने जो यह कहा था।

ऋते ज्ञानान्न मुक्ति ।

ज्ञान के बिना अविद्या के बधन से छुटकारा नही मिलता है, वैसा ज्ञान इस प्रकार असम्प्रज्ञात समाधि मे पहुचकर भी नही हुआ। "क्या नही है', यह तो कुछ समझ मे आया पर "क्या है" इसमे बुद्धि पहिले ही की भाँति दूर रही।

ऐसा कहा है कि असम्प्रज्ञात समाधि सस्कार शेष है। उसमे कौन से सस्कार अवशिष्ट रहते हैं और किस सीमा तक ? पतजलि ने स्वय कोई सीमा नही बतायी। इसलिए ऐसा मानना चाहिए कि जब तक असम्प्रज्ञात समाधि रहेगी तब तक सस्कार भी अवशिष्ट रहेग। इसका तात्पर्य तो यह हुआ कि सम्पूर्ण निरोध की अवस्था मे भी सस्कार रह जायगा। इससे एक आपत्ति तो दूर हो जाती है। समाधि से उतरना समझ मे आ सकता है। जो सस्कार शेष रह जायगे वह जागेंगे और साधक फिर व्युत्थान अवस्था मे आ जायगा। एक दिन सारे बचे हुए सस्कार समाप्त हो जायगे। उस दिन मृत्यु हो जायगी। परन्तु जहा एक आपत्ति दूर होती है वहा दूसरा दोष बना रहता है। जिस अवस्था मे कुछ सस्कार शेष रहेंगे उसका नाम निरोध कैसे हो सकता है ? भले ही वह निरोधप्राय हो। उसके लिए निरोध नाम सार्थक नही होगा।

किसी वस्तु से विरति होने से उसका अभाव नही हो जाता। भले ही किसी को गुणो से वितृष्णा हो जाय परन्तु गुणा की सत्ता नही मिट सकती। जिस समय साधक को ऐसी भावना होगी कि मेरा गुणो की विकृतिया से कोई सम्बन्ध नही है उस समय उसके चित्त की अवस्था को या दिखला सकते है बीच मे एक गहरा रग का गोला हो उसके चारा तरफ एक हल्के रग का वलय बनाइये। ऐसा कभी कभी चन्द्रग्रहण मे देख पडता है और ऐसे ग्रहण को वलय ग्रहण कहते ही हैं। भले ही पूरी शक्ति लगाकर उसके चित्त की वृत्ति अपने स्व पर केन्द्रित की जाय परन्तु "स्व" के चारो ओर "अस्व" की भी प्रतीति रहेगी। मैं (अहम्) के न-मैं (अनहम्) के घेरे मे अनुभूत किया जायगा।

यदि अहम् के साथ साथ अनहम् की प्रतीति न होती तो मैं अनहम् नहीं हूं या अनहम् से असम्बद्ध हूं ऐसी प्रतीति हो ही नहीं सकती। जो पदार्थ चित्त में नहीं है उससे व्यावर्तन, अतादात्म्य, किया ही नहीं जा सकता। इसका तात्पर्य यह है कि जब तक गुणों के विकारों से अपने पार्थक्य का अभ्यास किया जायगा तब तक गुण भी ध्यान और समाधि के विषय बने रहेंगे। उनसे इस प्रकार छुट्टी नहीं मिलने की। न—मैं की ही पृष्ठभूमि में मैं का साक्षात्कार हो सकेगा। यह द्वैत बुद्धि सदा रहेगी। इसलिए न गुणों से पूर्ण रूप से छुटकारा मिलेगा न कभी कैवल्य या मोक्ष होगा।

और फिर यह शंका तो है ही। यदि कैवल्य हो भी गया तो फिर बंधन न होगा इसका कोई निश्चय नहीं है। वेदान्त के अनुसार बंधन मायाकृत अर्थात् काल्पनिक है। जीव जीव का भेद काल्पनिक है। वहां यह आपत्ति नहीं उठ सकती परन्तु सांख्य योग के सिद्धान्तों के अनुसार जहां पुरुष नित्य है वहां प्रधान भी नित्य है और पुरुष प्रधान का सम्बन्ध भी नित्य ही हो सकता है। यह तो हो ही सकता है कि कैवल्य प्राप्ति के बाद उस पुरुष की दृष्टि फिर प्रधान पर पड़े और फिर उसके लिए जगत् का आविर्भाव हो जाय। उसको अपने पूर्व जगत् की स्मृति नहीं हो सकती। क्योंकि वह प्रधान की विकृतियों को छोड़ चुका होगा। बुद्धि का परित्याग कर चुका होगा। ऐसी दशा में स्मृति का कोई आधार उसके पास न होगा।

इस प्रकार की शंकायें पंतजलि के बतलाये हुए असम्प्रज्ञात समाधि के सम्बन्ध में सहज ही खड़ी होती हैं।

आज से लगभग डेढ़ साल होते हैं, काशी के "सूर्योदय" पत्र ने योगदर्शनांक के नाम से एक विशेषांक निकाला था। उसमें प्रसिद्ध विद्वान् पंडित गोपीनाथ कविराज ने असम्प्रज्ञात समाधि के सम्बन्ध में जो टिप्पणी लिखी वह भी विचारणीय है। वह इस प्रकार है :

"साधकसमाजेषु योगिनां वास्तविकी योगावस्था उपायप्रत्ययात्मकेन असम्प्रज्ञातसमाधिरूपेणैव परिचीयते। अत्र उपायो नाम प्रज्ञा, अर्थात् शुद्धज्ञानमेवाभिधेयम्। सम्यग्ज्ञाने समुत्पद्य निरुद्धे सति योऽसम्प्रज्ञातसमाधिः आविर्भवति, न स ज्ञानानुदयकालीनेन असम्प्रज्ञातसमाधिना तुलनीयः। भवप्रत्ययावस्थाया कियत्कालं यावत् चित्ते निरुद्धे सत्यपि कालान्तरे तदुत्थानम् अवश्यम्भावि। यतो हि तावत्पर्यन्तं चित्तसंस्काराः पूर्णतया तिष्ठन्ति। किन्तु प्रज्ञायाः समुत्पत्तौ क्रमशः संस्कारदाहाद् योऽसम्प्रज्ञातसमाधिः प्रादुर्भवति, तत्र व्युत्थानस्य न काऽपि आशंका। वस्तुतः स एव प्रकारान्तरेण कैवल्यस्य पूर्वास्वादो वक्तुं शक्यः।

बौद्धैर्योगिभिः प्रतिसंख्याऽप्रतिसंख्यानामकौ निरोधस्य यौ द्वौ प्रकारौ वर्ण्येते, प्रायस्तौ उपायप्रत्ययरूपस्य असम्प्रज्ञातसमाधेस्तुल्यौ। सम्प्रज्ञातसमाधौ प्रवेश-

मन्तरा असम्प्रज्ञातसमाधेरधिगम· कदापि योगिभिर्न प्रार्थनीय । अविद्यादिक्लेशान् अदग्ध्वा केवल वृत्तिनिरोधकरणेनैव पुरुष आत्मस्वरूपेऽवस्थातुं क्षमो न भवति । ज्ञान मन्तरा अविद्याबीजनाशस्य न कोऽप्युपायो वरीवर्ति । क्रियायोगद्वारा अर्थात् तप स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानाना यथाविधि अनुष्ठाने कृतेऽपि अविद्यासस्कारा न दग्धु शक्या किन्तु एतेन नेद वक्तु शक्य यत् क्रियायोगो निष्फल इति । यतो हि क्रियायोगप्रभावादेव सस्कारगणा स्थूलरूप छिद्यते, ते च सूक्ष्ममाकार धारयन्ति । तत पर प्रसख्याने ज्ञानाग्नौ वा प्रज्वलिते तूर्णं ते दग्धा जायन्ते, पुनर्जागरणशक्त्या च रहिता भवन्ति । सम्प्रज्ञातसमाधे प्रत्येकभूमिकायामेव तदाश्रयेण ज्ञान विकसति । तत सस्मिताभूमौ सालम्बज्ञानस्य चरमा शुद्धि सम्पद्यते । श्रद्धा, वीर्यम्, स्मृति, समाधि, प्रज्ञा चेति ज्ञानप्राप्ते स्वाभाविक· क्रम· ।"

अर्थात्, साधक समाजा मे योगियो की वास्तविक योगावस्था उपाय, प्रत्ययात्मक असम्प्रज्ञात समाधि के रूप से ही जानी जाती है । यहा उपाय का अर्थ प्रज्ञा अर्थात् शुद्ध ज्ञान ही समझना चाहिये । असम्प्रज्ञात समाधि मे उत्पन्न होकर निरुद्ध होने पर जो असम्प्रज्ञात समाधि का आविर्भाव होता है वह ज्ञान के अनुदय काल की असम्प्रज्ञात समाधि से तुलनीय नही है । भव प्रत्यय अवस्था मे कुछ काल के लिए चित्त चाहे निरुद्ध हो भी जाय परन्तु कालान्तर म उसका व्युत्थान अवश्य होगा क्योकि तब तक चित्त मे सस्कार विद्यमान रहते हैं । लेकिन प्रज्ञा के उत्पन्न होने पर क्रमश सस्कारो के दग्ध हो जाने स जो असम्प्रज्ञात समाधि प्रादुर्भूत होती है, वहा व्युत्थान की कोई आशका नही हाती । वस्तुत उसी को कैवल्य का पूर्वास्वाद कह सकते है ।

बौद्ध योगियो के द्वारा जो प्रतिसख्या अप्रतिसख्या नाम के दो प्रकार के निरोध बतलाये गये हैं वह प्राय उपाय प्रत्यय असम्प्रज्ञात के ही तुल्य है । सम्प्रज्ञात समाधि मे प्रवेश होने के बिना योगियो को कदापि असम्प्रज्ञात समाधि के अधिगम की इच्छा नही करनी चाहिए । अविद्या इत्यादि क्लेशा का दग्ध किये बिना केवल वृत्ति निरोध के द्वारा पुरुष आत्मस्वरूप म स्थित होने के योग्य नही होता । ज्ञान के सिवाय अविद्या के बीज के नाश का कोई उपाय नही है । क्रिया योग अर्थात् तप, स्वाध्याय, ईश्वर प्रणिधान के अनुष्ठान करने पर भी अविद्या का सस्कार नही जलाया जा सका । इससे यह नही कह सकते कि क्रिया योग निष्फल है क्योकि उसके प्रभाव से ही सस्कारा का स्थूल रूप नष्ट हो सकता है और वह सूक्ष्म आकार धारण कर लेते है । इसके बाद ज्ञान अग्नि के जलने पर वह जल्दी से जल जाते हैंऔर फिर उनम जागरण की शक्ति नही रह जाती । असम्प्रज्ञात समाधि की प्रत्येक भूमिका मे उसके आश्रय से ज्ञान का विकास होता है । तब सस्मिता भूमि मे सालम्बन ज्ञान की चरम शुद्धि सम्पन्न होती है । श्रद्धा, वीर्य स्मृति,

यहां से हमें फिर पिछले अध्याय की ओर लौटना चाहिए। वहां सम्प्रज्ञात समाधि का चर्चा करते हुए इस वात का तो उल्लेख हुआ कि जिन साधकों को उपाय प्रत्यय समाधि प्राप्त होती है उनमें क्रमशः श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि अर्थात् एकाग्रता और प्रज्ञा का उदय होता है। प्रज्ञा के विपय में कुछ कहना चाहिए था। परन्तु मैंने जान बूझ कर वहां ऐसा नहीं किया था। उसकी प्रासंगिकता इस जगह अधिक है।

प्रज्ञा का अर्थ तो है प्रकृष्ट ज्ञान, शुद्ध सम्पूर्ण शंका आदि से रहित ज्ञान। प्रश्न यह हो सकता है कि साधक के चित्त में जिस समय सवितर्क आदि समाधि भेद प्रकट हो रहा हो उस समय उस चित्त में किस प्रकार की प्रज्ञा होती है। इस सम्वन्ध का पतंजलि का सूत्र है :

तस्य सप्तधा प्रान्तभूमिः प्रज्ञा। (२,२७)

उस योगी की सात प्रकार की प्रज्ञा होती है। प्रज्ञा के इन प्रकारों को भूमि या भूमिका भी कहते हैं। पतंजलि ने केवल इतना ही कहा है। उन्होंने प्रज्ञा के इन भेदों का स्वयं कोई चर्चा नहीं किया है। परन्तु उनके भाष्यकार और टीकाकारों ने इस सम्वन्व में विस्तार से लिखा है। भोजवृत्ति के अनुसार विवेकी पुरुप के चित्त में निम्नलिखित सात प्रकार की प्रज्ञा का उदय होता है।

(१) हेय को जान लिया गया। अव इसको फिर जानने की कोई आवश्यकता नहीं है।

(२) हेय का हेतु क्षीण हो गया। अव फिर उनको क्षीण नहीं करना है।

(३) निरोध समाधि के द्वारा हान का साक्षात्कार कर लिया गया।

(४) विवेकख्याति रूप हानोपाय की भी भावना हो गयी।

(५) वुद्धि चरिताधिकारा हो गयी।

(६) तीनों गुण पहाड़ के शिखर पर से गिरे हुए पत्थर के टुकड़ों के समान निराधार हो गये हैं और अव अपने कारण में लय होने की दिशा में हैं। उसके साथ ही अस्त होंगे। प्रलीन हुए गुणों का अव फिर उत्पाद नहीं होगा।

(७) इस अवस्था में गुणों से सम्वन्ध को पार करके स्वरूपमात्र से पुरुप स्थित रहता है। इस दशा में उसे केवली कहते हैं।

जो पुरुप इस प्रकार सात प्रकार की प्रज्ञाओं का अनुभव कर लेता है उसको कुशल भी कहते हैं।

इनमें से प्रथम चार प्रज्ञा भूमियों को क्रिया विमुक्ति और पिछले तीन को चित्त विमुक्ति कहते हैं।

ऊपर के वर्णन म कुछ तो योगशास्त्र के पारिभाषिक शब्द आये हैं जैसे हान, हानोपाय, हेय और हेय हेतु। इन शब्दो की व्याख्या पहले बतलायी जा चुकी है। इसके सिवाय प्रज्ञा की सात भूमिया दिखलायी गयी हैं। यह प्राय शब्दान्तर से वेदान्त की भी कई पुस्तको मे मिलती हैं। अन्तर यह है कि यहा योग की दार्शनिक पृष्ठभूमि म ही सब कुछ कहना था। यदि इनका विश्लेषण किया जाय तो यह स्पष्ट प्रतीत होगा कि क्रमश साधक की बुद्धि आत्मज्ञान की ओर जाती है और उसको स्वय इस बात का अनुभव होता है कि उसके प्रतिबध दूर हो रहे हैं और वह अपने शुद्ध स्वरूप मे स्थित हो रहा है। उदाहरण के लिए दूसरी क्रिया विमुक्ति यह मानी जाती है कि अब हय के हतुआ का क्षय हो गया। योगशास्त्र मे जैसा कि पहल बतलाया जा चुका है अनागत दुख को हेय माना है और अविद्या, अस्मिता राग, द्वेप और अभिनिवश को हय का हेतु माना है। इनमें भी अविद्या का स्थान प्रथम है। अविद्या का स्वरूप है अतस्मिस्तद् अर्थात् जो अचित है उसको चित्त मानना, जा अशुचि है उसको शुचि मानना, इत्यादि। इस द्वितीय प्रज्ञा भूमि तक पहुचते पहुचते साधक की अविद्या दूर हो गयी। तब फिर उसका अनागत दुख भी दूर हो गया। अत अब पुनजन्मा से भी छुटकारा मिल गया। जिसको इस शरीर म ही अविद्या के क्षय की अनुभूति हो रही हा और इस बात का विश्वास हो कि अब पुनजन्म नही होना है उसम और वेदान्त प्रशस्त मुक्त पुरुष म क्या अन्तर है? यदि सच पूछा जाय तो इसके बाद जिन प्रज्ञाभेदो का उल्लेख किया गया है वह पिष्टपषण मात्र है। जो बात एक वाक्य म कह दी गयी उसकी केवल विशद व्याख्या है। यदि इन सब को पृथक् गिनने की आवश्यकता रही भी हो तो इनका मथितार्थ यही निकलता है कि समाधि की अवस्था मे साधक जिस प्रज्ञा से युक्त होता है वह वही वस्तु है जिसको वेदान्त के आचार्य भी प्रशस्ति करते हैं। सातवी प्रज्ञा भूमि म पहुचकर साधक अपने स्वरूप मे स्थित हो जाता है। उसका जो स्वरूप है उसका परिचय उसको यहा तक पहुचते पहुचते ही मिल जायगा।

मेरे कहने का तात्पय यह है कि असम्प्रज्ञात समाधि के सम्बन्ध मे पतञ्जलि और उनके व्याख्याकारो न जो लिखा है उससे मैं अपने को सहमत नही पाता। यह कहना कि असम्प्रज्ञात समाधि मे चित्त का निरोध होता है मेरी सम्मत्ति म ठीक नही है। इसका कारण ऊपर बतला चुका हू। मेरा एसा विश्वास है कि प्रज्ञा की चरम सीमा तक पहुचते पहुचते साधक जिस अवस्था म होता है उसे असम्प्रज्ञात समाधि कहते हैं। उस अवस्था मे चित्त निरुद्ध नही होता प्रत्युत प्रज्ञा स परिपूर्ण होता है। निरुद्ध होकर चित्त एक प्रकार की विमूढ़ावस्था म गिर जायगा। परन्तु प्रज्ञा के पूर्ण प्रकाश मे वह स्वयज्योति से व्याप्त होगा। जो कुछ जानना था वह जान लिया गया। उपनिषद म

यस्मिन् ज्ञाते सर्वमिदं ज्ञातम् भवति ।

जिसको जान लेने से ही सब ज्ञात हो जाता है। गुरु ने उसको वही विद्या बतलायी थी और उसी वस्तु का साक्षात्कार कराया था। इसके बाद फिर कुछ करने धरने को नहीं रहता। जब तक शरीर रहता है तब तक वह साधक जीवन्मुक्त कहलाता है। शरीर छूटने पर विदेहमुक्त हो जायगा।

जीवन्मुक्त का चित्त निरन्तर आनन्द से व्याप्त रहता है। यह आनन्द भौतिक सुख का अपर पर्याय नहीं है। उस आनन्द से भी बहुत दूर है जिसका अनुभव साधक ने कभी विचार समाधि के बाद सानन्द समाधि में किया था।

इस आनन्द का कुछ वर्णन तैत्तिरीयोपनिषद् में करने का प्रयत्न किया गया है। प्रयत्न इसलिए कहता हूं कि शब्दों के देखने से ही प्रतीत हो जायगा कि उनकी शक्ति कितनी कम है और जिस बात को समझाना चाहते हैं उसको समझाने में कितने अक्षम और असमर्थ हैं :

सैषानन्दस्य मीमांसा भवति। युवा स्यात्साधुयुवाध्यापक आशिष्ठो द्रढिष्ठो बलिष्ठस्तस्येयं पृथिवी सर्वा वित्तस्य पूर्णा स्यात्। स एको मानुष आनन्दः।

ते ये शतं मानुषा आनन्दाः। स एको मनुष्यगन्धर्वाणामानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं मनुष्यगन्धर्वाणामानन्दाः। स एको देवगन्धर्वाणामानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं देवगन्धर्वाणामानन्दाः। स एकः पितृणां चिरलोकलोकानामानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं पितृणां चिरलोकलोकानामानन्दाः। स एक आजानजानां देवानामानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतमाजानजानां देवानामानन्दाः। स एकः कर्मदेवानां देवानामानन्दः ये कर्मणा देवानपियन्ति। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं कर्मदेवानां देवानामानन्दाः। स एको देवानामानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं देवानामानन्दाः। स एक इन्द्रस्यानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतमिन्द्रस्यानन्दाः। स एको बृहस्पतेरानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं बृहस्पतेरानन्दाः स एकः प्रजापतेरानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

ते ये शतं प्रजापतेरानन्दाः। स एको ब्रह्मण आनन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्य।

स यश्चायं पुरुषे यश्चासावादित्ये स एकः। स य एवं वित्स्माल्लोकात्प्रेत्य। एतमन्नमयमात्मानमुपसंक्रामति। एतं प्राणमयमात्मानमुपसंक्रामति। एतं मनोमयमात्मानमुपसंक्रामति। एतं विज्ञानमयमात्मानमुपसंक्रामति। एतमानन्दमयमात्मानमुपसंक्रामति॥

अब आनन्द विषयक विवेचन किया जाता है—सदाचारी युवक, शिष्ट, वेदावेदाध्ययनयुक्त, स्वस्थ, बलिष्ठ हो, इस पर भी उसे वैभवयुक्त पृथिवी मिल जाय तो यह संसार मे एक मानुष आनन्द है।

मनुष्यों के सौ आनन्द मनुष्य गधर्वों के एक आनन्द के तुल्य हैं। वे आनन्द शुद्ध अन्तःकरण वाले श्रोत्रिय मनुष्य के लिए प्राप्य हैं।

मनुष्य गधर्वों के सौ आनन्द देवगंधर्वों के एक आनन्द के बराबर हैं और जिसकी कामनाएं नष्ट हो चुकी हैं, उस श्रोत्रिय मनुष्य को वे ही प्राप्त हैं।

देवगन्धर्व के सौ आनन्द पितृलोक मे स्थायी रूप से निवास करने वाले पितरों के एक आनन्द के बराबर हैं। और कामनायुक्त श्रोत्रिय पुरुष को प्राप्त है।

जो पितर स्थायी रूप से पितृलोक पा चुके हैं उनके सौ आनन्द आजानज संज्ञक देवों का एक आनन्द है और वे कामनामुक्त वेदवेत्ता को प्राप्त हैं।

आजानज सज्ञक देवों के सौ आनन्द कर्म संज्ञक देवों के एक आनन्द के तुल्य हैं, जो कामना रहित श्रोत्रिय हैं उन्हें वे आनन्द प्राप्त हैं।

जो कर्म देवों के सौ आनन्द हैं, वह देवों के एक आनन्द के समान हैं, और नष्टकाम वेदज्ञ के लिए वे आनन्द ही प्राप्त हैं।

देवों के सौ आनन्दों के समान इन्द्र का एक आनन्द है। और कामनामुक्त वेदवेत्ता के लिए वह समाव्य है।

इन्द्र के सौ आनन्दों के समान बृहस्पति का एक आनन्द है। जो वेदवेत्ता कामनाओं से मुक्त हो चुका है, वह उस आनन्द को प्राप्त कर लेता है।

बृहस्पति के सौ आनन्दों के समान प्रजापति का एक आनन्द है। वेद के जानने वाला, मुक्तकाम पुरुष उस आनन्द को पा लेता है।

प्रजापति के सौ आनन्दों के समान ब्रह्म का एक आनन्द है। वेद का जानने वाला, कामनाओं से मुक्त पुरुष उस आनन्द को प्राप्त कर लेता है।

मनुष्य में और सूर्य में निहित है, वह एक ही है। इस प्रकार जानने वाला ज्ञानी इस लोक को त्याग कर अन्नमय आत्मा को प्राप्त होता है। वह इस प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय, आनन्दमय आत्मा को प्राप्त होता है।

ऐसे व्यक्ति की मनोदशा, उसकी अनुभूतियों का वर्णन करना असम्भव है।

बाबा अगम अगोचर कैसा, ताते कहि समझाओ ऐसा।
जो दीसै सो तो है नाहीं, है सो कहा ना जाई।
सैना बैना कहि समझाओ, गूंगे का गुड़ भाई।
दृष्टि न दीसै मुष्टि न आवै, विनसै नाहि नियारा।
ऐसा ज्ञान कथा गुरु मेरे, पंडित करो विचारा।
विन देखे परतीति न आवै, कहे न कोउ पतियाना।
समुझा होय सब्द चीन्है, अचरज होय अयाना।
कोई ध्यावै निराकार को, कोइ ध्यावै आकारा।
वह तो इन दोऊ ते न्यारा, जानै जाननहारा।
काजी कथै कतेव कुराना, पंडित वेद पुराना।
वह अच्छर तो लखा न जाई, मात्रा लगै न काना।
नादी वादी पढ़ना गुनना, बहु चतुराई भीना।
कहैं कबीर सो पड़ै न परलय, नाम भक्ति जिन चीन्हा।

(कबीर)

श्री रामसहाय के शब्दों में :

लाभ लवालव जाम हुआ तव क्यों नहि होवै छलक छलक।
खिल रही चांदनी चार तरफ महबूब का जलवा झलक झलक,
असमान इश्क में घूम रहा अकसर जमीन हो थलक थलक,
दिल डूब के राम सहाय देख दरयाव अमृत का हलक हलक॥
मीममस्त मज़ाक फकीरों का इसलाम कुफ्र से न्यारा है।
यहां होशके होश वो हवास खता वा अक्लने किया किनारा है,
चतुराई चौपद ज्ञान गुप्त विज्ञान खड्ग यह धारा है,

आशिक़सहाय् मनमुर्दों ने मजहब का मजहब मारा है ॥
नूं नूर जमीन असमान अग्नि यह नूर पवन अरु पानी ।
रवि चंद्र नछत्तर नूर नूर सब माया नूर निशानी है ।
जिव नूर नूर शिव नूर नूर यह नूर ज्योति निर्वानी है,
देखो सहाय सूरति समाय सब सृष्टि नर से सानी है ।

(श्री रामसहाय के उर्दू अखरावत से)

उसके लिए किसी शास्त्र का बंधन नहीं होता ।

निस्त्रैगुण्ये पथि विचरतां को विधिः को निषेधः ।

जो निस्त्रैगुण्य अर्थात् त्रिगुण से पार पथ पर चलते हैं, न उनके लिए कोई विधि है न निषेध है, न कोई शास्त्र यह आज्ञा दे सकता है कि ऐसा करो, न कोई ऐसी आज्ञा दे सकता कि ऐसा मत करो। न इस विश्व में उसके लिए कुछ भी शेष है और न कुछ अशक्य है।

ब्रह्मैवेदममृतं पुरस्ताद् ब्रह्म पश्चाद् ब्रह्म दक्षिणतश्चोत्तरेण ।
अधश्चोर्ध्वं च प्रसृतं ब्रह्मैवेदं विश्वमिदं वरिष्ठम् ॥

यह ब्रह्म अमृत रूप है, यही सामने और पीछे है, दायें और बायें ओर भी यही हैं, नीचे और ऊपर की ओर भी वही विस्तृत है। यह सम्पूर्ण विश्व ही महान ब्रह्म है।

ऐसा मनुष्य सर्वदा सबके लिए पूज्य है। जैसा कि मुंडकोपनिषद् का कहना है।

यं यं लोकं मनसा संविभाति,
विशुद्धसत्त्वः कामयते यश्च कामान् ।
तं तं लोकं जयते तांश्च कामान्,
तस्मादात्मज्ञं ह्यर्चयेद् भूतिकामः ॥

ऐश्वर्य की अभिलाषा वाले मनुष्य आत्मज्ञानी की सेवा करे। क्योंकि शुद्ध मन वाला ज्ञानी मन से जिस लोक के जिन भोगों की इच्छा करता है वह उस लोक तथा उन उन भोगों को प्राप्त करने में समर्थ होता है।

असम्प्रज्ञात समाधि के पद तक पहुंचे हुए साधक के सम्बन्ध में बहुधा धर्ममेघ शब्द का व्यवहार सुनने में आता है। कहा जाता है कि ऐसा योगी धर्ममेघ अवस्था में निरन्तर रहता है। इस सम्बन्ध में पतंजलि कहते हैं :

प्रसंख्यानेऽकुसीदस्य सर्वथा विवेकख्यातेर्धर्ममेघः समाधिः। (४,२९)

प्रसंख्यान में भी कुसीद की इच्छा न रखने वाले व्यक्ति को सर्वथा विवेकख्याति । पर धर्ममेघ समाधि प्राप्त होती है। कुसीद कहते हैं ब्याज को। साधारण मनुष्य कोई पुण्य कार्य करता है तो उससे ब्याज के रूप में किसी लाभ की इच्छा रखता परन्तु जो योगी प्रसंख्यान अर्थात् ज्ञान को ओर से भी विरक्त हो गया है उसको ाक्षण शास्त्र विवेकख्याति अर्थात् प्रधान और उसके विकारों की ओर से पृथक्ता ही अनुभूति होती है। यह वह अवस्था है जिसमें योगी को विवेकख्याति की ओर से विरक्ति हो जाती है क्योंकि विवेकख्याति बुद्धि का धर्म है और अब वह बुद्धि मी सम्बन्ध नहीं रखना चाहता। ऐसी अवस्था में ऐसा कहा जाता है कि उसको मेघ समाधि प्राप्त हो गयी है। यहां धर्म शब्द का अर्थ है परम पुरुषार्थ का साधक न। उसकी निरन्तर वर्षा योगी पर होती रहती है।

यह अर्थ व्यास भाष्य और भोजवृत्ति के अनुसार किया गया है। सम्भव है कि ो यथार्थ हो परन्तु मेरी समझ में इस सूत्र का एक और अर्थ हो सकता है। ऐसी ास्था तक पहुंचा हुआ योगी जिसको ज्ञान संग्रह की ओर से भी विरक्ति हो चुकी ी लोक कल्याण या ऐसे किसी उद्देश्य से प्रेरित हो कर कर्म में प्रेरित हो इसकी कम ही सम्भावना है परन्तु वह समाज में रहता है। दूसरे मनुष्यों से कुछ न कुछ ी न कभी सम्पर्क होता है। मेरा ऐसा विश्वास है कि उसके सम्पर्क से ही लोगों निश्चय ही कल्याण होता है। जिस प्रकार मेघ जल गिराता है उसका स्वभाव है न्तु इस वृष्टि से जो मेघ की ओर से संकल्पपूर्वक नहीं की जाती लोगों का अगत्या ्याण हो जाता है। इसी प्रकार ऐसे योगी के चारों ओर के पर्यावरण में बिना उसके ल्प के ही धर्म की वृष्टि होती है। उसके इंगितों से, बातचीत से, शरीर की सहज ाओं से, गति से, उसके पर्यावरण में उसके सन्निकर्ष से परमाणुओं में उत्पन्न हुये क्षोभ चारों ओर धर्म की वृष्टि होती है, धर्म की प्रवृत्ति बढ़ती है और इस प्रकार अगत्या ागों का कल्याण होता है।

अध्याय १७

परम पुरुषार्थ

महर्षि कपिल ने सांख्यदर्शन के प्रथम सूत्र मे कहा है :

अथ त्रिविधदुःखात्यन्तनिवृत्तिरत्यन्तपुरुषार्थः ।

अर्थात आधिभौतिक, आधिदैविक, और आध्यात्मिक दु खो की आत्यन्तिक निवृत्ति को अत्यन्त पुरुषार्थ कहते हैं। इन दु खो की निवृत्ति के बहुत से उपाय हैं। उदाहरण के लिए, अच्छा वैद्य बहुत से तापो का शमन कर सकता है और फिर सबसे बढ़कर वह उपाय हैं जिनका उपदेश वेदादि ग्रन्थो मे मिलता है। कपिल भी इस बात को मानते हैं । परन्तु उनका यह कहना है कि .

न दृष्टात्तत्सिद्धिर्निवृत्तेऽप्यनुवृत्तिदर्शनात् ।

अर्थात् दृष्ट से इसकी सिद्धि नही होती । निवृत्ति होने पर भी अनुवृत्ति के देख पडने से ।

उपायो के होने मे कोई सन्देह नही है परन्तु ऐसा कोई भी उपाय नही देखा गया जिससे अत्यन्त निवृत्ति होती हो। कष्ट की निवृत्ति होती है परन्तु फिर या तो वही कष्ट पुन उत्पन्न हो जाता है या किसी दूसरे कष्ट का उदय होता है। कष्टो से छुटकारा नही मिलता। इसलिए किसी भी उपाय से अत्यन्त पुरुषार्थ की सिद्धि नही होती। पुरुषार्थ, पुरुष का अर्थ, पुरुष का अभीष्ट, तापत्रय के शमन मे है। सो तो थोडा बहुत हो जाता है परन्तु पूर्णतया शमन नही होता। इसलिए सबसे बडा पुरुषार्थ सिद्ध नही होता। इसका कारण वही है जो साधारण रोगो मे भी लागू होता है। यदि चिकित्सक ने व्याधि के तत्त्व को पहचान लिया अर्थात् यह जान लिया कि व्याधि का मूल कारण क्या है तब तो वह उपचार कर सकता है। केवल बाहरी और आनुषगिक लक्षणो से उलझने के बदले मूल कारणो को ही दूर करने का प्रयास करेगा। यदि वह अपनी विद्या मे कुशल है तो उसको सफलता भी होगी, रोग दूर हो जायगा। परन्तु यदि वैद्य अकुशल है या वह व्याधि के मूल कारण को नही पहिचान सकेगा तो रोग बना रहेगा। कपिल की कुशलता के

म्बन्ध में कोई सन्देह नहीं हो सकता। उनका स्थान इतना ऊंचा है कि उनके कई सहस्र वर्ष बाद श्रीकृष्ण ने अपनी विभूतियों की चर्चा में कहा था कि मैं सिद्धों में कपिल मुनि हूं। लोक में भी उनके सम्बन्ध की बहुत सी कथायें फली हुई हैं। कहा जाता है कि उन्होंने आसुरि को अपना दार्शनिक सिद्धान्त निर्माण काय के द्वारा सिखाया था। इस सिद्ध पुरुष ने आध्यात्मिक व्याधि तत्त्व के सम्बन्ध में जो कुछ कहा है वह निश्चय ही गम्भीर और आदरास्पद है और सच तो यह है कि मनोविज्ञान के बहुत से रहस्यों पर उनसे अनुपम प्रकाश पड़ता है। उनका कहना है कि पुरुष और प्रधान का संयोग ही त्रिविध ताप का मूल कारण है। वस्तुतः संयोग नहीं हो सकता। इन दोनों का मेल वैसे ही होगा जैसे पानी और तेल का। पुरुष चिन्मय और अपरिवर्तनशील है। प्रधान अचित् और परिवर्तनशील है। परन्तु इस विश्व में दोनों ही हैं। सदा से हैं और सदा रहेंगे क्योंकि दोनों ही नित्य हैं। सन्निकर्ष के कारण एक की परछाईं दूसरे पर पड़ती है। पुरुष की परछाईं पड़ने से प्रधान में परिवर्तन होने लगते हैं, जिनके परिणामस्वरूप यह विस्तृत जगत् खड़ा हो जाता है। प्रधान के परिवर्तन के फलस्वरूप पुरुष उसकी विकृतियों के अनुरूप अपने को सुखी, दुःखी, बड़ा, छोटा आदि मानने लगता है। अकेले न पुरुष कुछ कर सकता है, न प्रधान। इनके संयोग को समझाने के लिए एक उपमा दी जाती है कि दो व्यक्ति हों जिनमें से एक अंधा हो और दूसरा लंगड़ा। अपने दोनों में से कोई भी नहीं जा सकता। परन्तु यदि अन्धे के कन्धे पर लंगड़ा बैठ जाय तो वह मार्ग बताता जायगा और लंगड़ा चलता जायगा। यहां पुरुष लंगड़ा है और प्रधान अन्धा। जो बात हो नहीं सकती उसको इस प्रकार की उपमाओं से समझना कठिन होता है। परन्तु जैसा कुछ भी हो सांख्यदर्शन के आचार्यों ने ऐसे ही निदर्शन दिये हैं। अस्तु, जब तक पुरुष प्रधान को देखता रहेगा और प्रधान उसके लिए अपने कलेवर में से नाना वस्तुओं को निकालती रहेगी तब तक तापों की अत्यन्त निवृत्ति नहीं हो सकती। इस सम्बन्ध को किसी प्रकार तोड़ना चाहिए। कपिल ने अपने ग्रन्थ में इसके अनेक उपाय दिये हैं जिनमें से कइयों की शब्दावली भी योगदर्शन के सूत्रों से बहुत कुछ मिलती है, जैसे :

निरोधश्च छर्दिविधारणाभ्याम्। स्थिरसुखमासनम्। वैराग्याभ्यासाच्च।

इन सब सूत्रों के द्वारा जो कुछ कहा गया है उसका मथितार्थ यह है कि यह सम्बन्ध विच्छेद योगाभ्यास के द्वारा ही हो सकता है। यह मुख्य साधन है। इसके साथ साथ स्वाध्याय और सत्पुरुषों के सत्संग में बैठकर शास्त्रीय दृष्टि से इन प्रश्नों पर मनन करना चाहिए। पतंजलि की ही भांति उन्होंने भी वैराग्य का साग्रह समर्थन किया है। इस

नोपदेशश्रवणेऽपि कृतकृत्यता परामर्शादृते विरोचनवत् ।

उपदेश के श्रवण करने पर भी कृत कृत्यता नही होती, जब तक परामर्श न किय जाय विरोचन के समान ।

बृहदारण्यकोपनिषद् मे एक कथा है कि एक बार देवराज इन्द्र और दैत्य राज विरोचन दोनो साथ साथ आत्म ज्ञान सीखने के लिए ब्रह्मा जी के पास गये। उन्होने दोनो को द्वार पर रुकवा दिया और यह कहलाया कि चारसौ वर्ष तपस्या करने के बाद मेरे पास आवें। चार सौ वर्ष के बाद दोनो गुरु के पास उपस्थित हुए। ब्रह्मा जी ने दोनो से कहा कि एक स्वच्छ निर्मल तालाब के जल मे झाक कर देखो। दोनो को अपनी अपनी सूरत देख पडी। ब्रह्मा जी ने कहा यही ब्रह्म है। सुनकर दोनो बाहर चले आये। फिर इन्द्र के मन मे शका उठी और वह फिर ब्रह्मा जी के यहां गये। सब मिलाकर सोलह सौ वर्ष की तपस्या के बाद इन्द्र को ब्रह्मज्ञान प्राप्त हुआ। विरोचन ने कुछ सोचा विचारा नही और अपनी समझ मे ब्रह्मज्ञानी होकर घर लौट गये। इस सूत्र मे यही कहा गया है कि मनन करना भी परम आवश्यक बात है नही तो विरोचन की भाति ज्ञान से पूर्ण उपदेश भी अज्ञान सा ही रह जायगा। अस्तु, इस प्रकार दीर्घकाल तक योग और वैराग्य के अभ्यास करने से व्यक्ति को विवेकख्याति होती है अर्थात् उसे इस बात का ज्ञान हो जाता है कि मेरा प्रधान से कोई सम्बन्ध नही है। "इस जगत् मे जो कुछ हो रहा है वह गुणो का ही खेल है। मैं इस खेल से सर्वथा पृथक् हूं।" ऐसा ज्ञान एक जन्म मे ही हो सकता है और अनेक जन्मो मे भी। इस सम्बन्ध मे कहा है कि :

न कालनियमो वामदेववत ।

काल नियम नही है वामदेव की भाति। कहा जाता है कि पूर्व जन्म के अभ्यास के फलस्वरूप वामदेव को गर्भ मे ही पूर्व जन्म की स्मृति हो आयी और आत्मज्ञान हो गया। इस सम्बन्ध का मन्त्र भी वेद मे है :

अहम् मनुरभवम इन्द्रश्च ।

वह गर्भ मे ही बोल उठे "मैं मनु हुआ था और इन्द्र भी हुआ था' इत्यादि। अस्तु, खैर, इस प्रकार यत्न करने से त्रिविध ताप से निवृत्ति हो सकती है परन्तु कपिल ने अपने बताये हुए साधनो के लिए आग्रह नही किया है। ग्रन्थ के अन्तिम सूत्र मे उन्होने कहा है :

[illegible]

जैसे तैसे उसका उच्छेद परम पुरुषार्थ है। कहने का तात्पर्य यह है कि जिस किसी भी प्रकार से हो सके पुरुष और प्रधान के संयोग का उच्छेदन करना, उनके सम्बन्ध को काट देना, परम पुरुषार्थ है। ग्रन्थ के आदि में उन्होंने अत्यन्त पुरुषार्थ शब्द का व्यवहार किया है। यहां परम पुरुषार्थ कहा है। यह स्पष्ट है कि इन दोनों शब्दों का अर्थ एक ही है। सांख्यदर्शन के अनुसार एक बार संयोग के उच्छेदन के बाद फिर ऐसा संयोग स्थापित नहीं होता। जो पुरुष इस संयोग के बंधनों में पड़ा है वह जगत् के सुख दुःख को भोगता है परन्तु जिस पुरुष ने इससे छुटकारा पा लिया उसके लिए संसार का अन्त हो गया।

अजामेकां लोहितशुक्लकृष्णां
बह्वीः प्रजाः सृजमानां सरूपाः।
अजो ह्येको जुषमाणोऽनुशेते
जहात्येनां भुक्तभोगां तथान्यः॥

एक स्त्री है जो अजा है जिसका कभी जन्म नहीं हुआ अर्थात् जो नित्य है। वह लाल, श्वेत और कृष्ण वर्णवाली है। लाल रंग रजोगुण का, श्वेत रंग सत्वगुण का और कृष्ण तमोगुण का प्रतीक है। सत्व, रज, तम तीनों उसके वर्ण हैं। महत् तत्व से लेकर स्थूल भूतों तक जगत् की सारी स्थूल और सूक्ष्म वस्तु उसकी संतति है। दो पुरुष हैं जो दोनों अज हैं अर्थात् नित्य हैं, दोनों प्रत्येक बात में एक दूसरे से सदृश हैं। एक तो उस अजा के साथ शयन करता है और दूसरा उसका भोग कर चुका है, एक उसको त्याग देता है। स्पष्ट ही यहां दूसरी पंक्ति के पूर्वार्ध में ऐसे पुरुष की ओर संकेत है जो प्रधान के साथ संयुक्त है, और संसारी सुखों को भोग रहा है। दूसरा संकेत उस पुरुष की ओर है जिसने प्रधान की ओर से मुंह फेर लिया है। अब उसके सब ताप निवृत हो गये है और उसने परम पुरुषार्थ को प्राप्त कर लिया है।

तांत्रिक दृष्टि में भी मोक्ष परम पुरुषार्थ है। इस सम्बन्ध में गोरखनाथ और उनके सम्प्रदाय के दूसरे महात्माओं को स्थूल रूप से तांत्रिक मान्यताओं का प्रतीक माना जा सकता है। इस जगत् की उत्पत्ति परम शिव से हुई जो अपने को प्रकाश और विमर्ष इन दो रूपों में व्यक्त किये हैं। इन दोनों को शिव और शक्ति भी कह सकते हैं। परन्तु शक्ति के सम्बन्ध में तांत्रिक मत उससे भिन्न है जिसका प्रतिपादन कई वैदिक सम्प्रदायों में किया जाता है। उदाहरण के लिए वैष्णव विचारधारा को देख सकते है। लक्ष्मी विष्णु रूपी परमात्मा की शक्ति है। परन्तु उनका जहां भी चर्चा होता है [illegible] उनके स्वामी हैं। विष्णु क्षीरसागर में शेष शय्या [illegible]

लेटे रहते हैं और लक्ष्मी उनका पांव दबाती रहती हैं या पंखा झलती रहती हैं। यह स्पष्ट ही सिद्ध करता है कि उनका पद विष्णु से नीचा माना जाता है। परन्तु तान्त्रिक दृष्टि से शक्ति का पद नीचा नही है। शिव और शक्ति एक ही सिक्के के दो चेहरे हैं। दोनो का पद बराबर है। एक के बिना दूसरा रह नहीं सकता। इस भावना की अभिव्यक्ति अर्द्धनारीश्वर विग्रह मे होती है जिसमें आधा शरीर शिव और आधा शक्ति का है। दोनो अर्द्धों के मिलने से ही पूर्ण विग्रह बनता है। यह जगत् परम शिव की लीला है। इस लीला के लिए कोई कारण नहीं बतलाया जा सकता। इस सम्बन्ध मे एक मुस्लिम सूफी नियाज़ ने कहा है

दीद अपने की थी उसे ख्वाहिश
आपको हर तरह बना देखा।

दीद की ख्वाहिश का कोई कारण नही बतलाया जा सकता। यही कह सकते हैं कि यह परम शिव परमात्मा का स्वभाव है। वह परमात्मा के रूप में भी हैं और युगपत् जीव के रूप मे भी। जिस जीव मे मोक्ष की इच्छा जागती है उसके लिए एक ही उपाय है, योग। और जो भी उपाय कहे जाते हों वह सब या तो व्यर्थ हैं या योग के आनुषंगिक हैं। योग की चरम सीमा समाधि के सम्बन्ध मे गोरक्ष ने कहा है

यत्समत्वं द्वयोरत्र, जीवात्मपरमात्मनो।
समस्तनष्टसंकल्प, समाधि सोऽभिधीयते॥
यदा संलीयते जीवो, मानसं च विलीयते।
तदा समरसत्वं हि समाधिरभिधीयते॥
नाभिजानाति शीतोष्णं, न दुःखं न सुखं तथा।
न मानं नापमानं च, योगी युक्तः समाधिना॥
निरालम्बे निराधारे, निराकारे निरामये।
योगी योगविधानेन, परब्रह्मणि लीयते॥
यथा घृते घृतं क्षिप्तं, घृतमेव हि जायते।
क्षीरे क्षीरं तथा योगी, तत्त्वमेव हि जायते॥

जीवात्मा और परमात्मा इन दोनो मे जिस अवस्था मे समत्व हो जाता है और सारे संकल्प नष्ट हो जाते हैं उस अवस्था को समाधि कहते हैं।

जब जीव लय हो जाता है और मन भी लय हो जाता है उस समय जो समरसत्व होता है उसको समाधि कहते हैं।

समाधि से युक्त योगी न सर्दी, गर्मी को जानता है न दुःख सुख को जानता है, मान अपमान को जानता है।

योग के विधान से योगी निरालम्ब, निराधार, निराकार, निरामय परम ब्रह्म में लीन हो जाता है। जैसे घी में घी डालने से घी ही रह जाता है और दूध में दूध मिलाने से दूध ही बच रहता है, उसी प्रकार समाधि की अवस्था में योगी तत्व रूप अर्थात् परम शिव या पर ब्रह्म रूप ही रह जाता है।

ऊपर उद्धृत किये हुए श्लोकों में से दूसरे में समरसत्व शब्द आया है। गोरक्ष उसको समाधि का ही लक्षण मानते हैं।

यह लोग भी ऐसा मानते हैं कि साधक को संवेग के अनुसार मोक्ष एक ही जन्म में मिल सकता है या उसमें कई जन्म लग सकते हैं। एक ही जन्म में मिलनेवाले मोक्ष को सद्योमुक्ति कहते हैं और जिसमें कई जन्म लगते हैं उसको क्रमिक मुक्ति। क्रमिक मुक्ति में देर तो होती है परन्तु उस देरी में भी योगभ्रष्ट साधक उत्तरोत्तर उन्नति करता जाता है। एक शरीर से दूसरे शरीर में जाने के संक्रमण काल में उसको अपनी योग्यता के अनुसार ऊंचे लोकों का आनन्द प्राप्त होता रहता है। यह कहने की आवश्यकता नहीं है कि परम पुरुषार्थ अर्थात् परम शिव के साथ तादात्म्य हो जाने पर फिर बंधन की और पुनर्जन्म की सम्भावना नहीं रहती।

इस पुस्तक के छठे अध्याय में पुरुषार्थों के सम्बन्ध में कुछ चर्चा किया गया है। हमने वहां देखा कि दो पुरुषार्थ अर्थात् अर्थ और काम तो ऐसे है कि जो पशु पक्षी में भी पाये जाते हैं। वह सहज हैं तथा उनके लिए किसी शिक्षा की आवश्यकता नहीं है। तीसरा पुरुषार्थ धर्मबीज रूप से मनुष्य से भिन्न कुछ जीवों में पाया जाता है। कई प्रकार के जीव ऐसे हैं जो कुछ देर के लिए अपने व्यक्तिगत अर्थ और काम की प्रवृत्ति को दबाकर सम्भूय समुत्थान—मिलकर उन्नति करने—के सिद्धान्त पर काम करते हैं और अपने को भय स्थानों में डालकर अपने झुंड के दुर्बल प्रायणियों की रक्षा करते हैं। वह ऐसा संकल्पपूर्वक या बुद्धिपूर्वक भले ही न करते हों परन्तु उनकी यह यह सहज प्रवृत्ति ही मनुष्य में आकर अधिक विकसित होती है और मनुष्य के विचार करने की शक्ति इसको धर्म पुरुषार्थ का रूप दे देती है। इसके बाद वह पुरुषार्थ है जो किसी अन्य प्राणी में नहीं मिलता। इस पुरुषार्थ को मोक्ष का नाम दिया गया है और समझदार मनुष्य के लिए इसका महत्व सबसे अधिक है। यह मनुष्य का परम पुरुषार्थ है।

हमने छठे और इसके बाद के कई अध्यायों में देखा कि जिस मनुष्य में उस परम पुरुषार्थ को प्राप्त करने की भावना जागती है वह किस प्रकार काम करता है। इस भावना के साथ साथ उसने और कौन कौन से गुण उदात्त रूप धारण करके प्रकट होते हैं।

बढती जाती है। हमने यह भी देखा कि किस प्रकार उसके चरित्र का विकास होता है और वह कर्मयोग मे प्रवृत्त होता है। यह कर्मयोग दूसरो पर दया मात्र से प्रेरित नहीं होता। ज्यो ज्यो इस मार्ग पर विचार अग्रसर होता है त्यो त्यों कर्मयोग की प्रवृत्ति भी नया रूप धारण करती है। दूसरे पर दया भाव की जगह अपने मे कर्तव्य भाव बढ़ता है। यह भावना कम होती जाती है कि मैं दूसरे लोगो के कष्टो का निवारण कर रहा हू। इसकी जगह यह विचार घर करने लगता है कि इन लोगो की मेरे ऊपर बहुत बडी कृपा है कि मुझको अपनी सेवा करने का अवसर देते हैं और इस प्रकार मेरे चरित्र को ऊपर उठने का और विकसित होने का अवकाश देते हैं। जिज्ञासु की कर्म मे प्रवृत्ति जो साधारणत बधन का हेतु हो सकती है बधन से छुटकारे का भी एक साधन बन जाती है और कभी कभी थोडी देर के लिए उस तादात्म्य की एक झलक दी जाती है जो मुक्त अवस्था का लक्षण है। कर्मयोग के साथ साथ हमने यह भी देखा कि भक्तियोग किस प्रकार उपयोगी हो सकता है। हमारे सामने वह अवस्था भी आयी जब जिज्ञासु को किसी मार्ग दर्शक की अनिवार्य आवश्यकता प्रतीत होने लगी और वह गुरु की शरण गया।

हम अपने मुमुक्षु मित्र की आध्यात्मिक यात्रा म बराबर साथ रहे हैं और उनके बदलते मनोभावो से परिचय प्राप्त करने के अवसर पाते रहे हैं। यह स्पष्ट है कि उनका प्रत्येक कदम सुविचारित ढग से ही उठाया गया था। क्षणिक आवेग मे आकर कोई काम नही किया गया था। गम्भीर विचार उनका धर्म पुरुषार्थ से मोक्ष तक लाया और यह बात चित्त मे बैठ गयी कि मोक्ष ही मनुष्य का परम पुरुषार्थ है। स्वभावत उसकी सिद्धि के उपायो का अनुसधान हुआ। शास्त्रो मे अनेक उपाय बतलाये गये हैं उन सब के सम्बन्ध मे गम्भीरता से विचार किया गया। जहा तक सम्भव हुआ दूसरे से विचारो का आदान प्रत्यादान भी हुआ। परन्तु समस्या जल्दी से सुलझने वाली नहीं थी। जो तर्क एक ओर से बडी दृढता से उपस्थित किया जाता था वही दूसरी ओर से काट दिया जाता था। किसी एक मार्ग का चयन करना कठिन था। परन्तु इस अन्धकार के बीच म भी प्रकाश की एक किरण मिली। अनेक मतभेद होते हुए सब विविभन्न शास्त्रो ने योग का समर्थन किया, योग के दार्शनिक आधारो का नहीं वरन् योग की प्रक्रिया का। ऐसा विचार उठना स्वाभाविक था कि जिस उपाय का सभी समर्थन करते हो वह निश्चय ही करणीय है। पहिले कुछ अनुभव हो ले फिर सिद्धान्त स्थिर होते रहेगे। यह प्रसिद्ध है कि गौतम बुद्ध ने भी कुछ ऐसी ही प्रणाली को अपनाया था। उनके पीछे बौद्ध दर्शन का बहुत बडा विस्तार हुआ परन्तु उन्होने दार्शनिक प्रश्नों का कभी कोई स्पष्ट उत्तर नही दिया। उनका एक ही कहना था कि जिस मार्ग का मैं प्रतिपादन कर रहा हू उस पर चलो। चलने के फलस्वरूप तुम्हारे अनुभव मे जो

कुछ आ जाय, तुम्हारी बुद्धि जिस बात को स्वीकार करे, वही सिद्धान्त ठीक है। जब एक बार योग करने का निश्चय हुआ तो फिर मार्ग, बतलाने वाले की भी आवश्यकता पड़ी। बतलाने वाला भी मिला और उसके आदेशों का विधिवत् पालन भी हुआ। यथाशक्य योग के अंगों को अपनाया गया। निश्चय ही अन्तिम अंग के सम्बन्ध में चित्त में शंका उठी। उसका उठना अनिवार्य था। परन्तु योग जहां तक ले जा सकता था ले गया। योगशास्त्र के आचार्यो के मत के अनुसार परम पुरुषार्थ हस्तामलकवत् लब्धप्राय हो गया। इस अवस्था के सम्बन्ध में पतंजलि ने कहा है :

विशेषदर्शिन आत्मभावभावनानिवृत्तिः। (४।२५)

विशेष दर्शी की आत्मभाव भावना निवृत्त हो जाती है।

इस सूत्र का दो तीन प्रकार से अर्थ लगाया जा सकता है। एक तो यह है कि जो विशेष दर्शी हैं अर्थात् जो विवेक ख्याति के द्वारा गुणों और उनकी विकृतियों से अपने भेद को जान गया है उसकी आत्मभाव भावना दूर हो जाती है। आत्मभाव भावना का अर्थ भाष्यकार ने इस प्रकार किया है :

मैं कौन हूं ? पहले क्या था ? कहां था ? आगे मेरा क्या होगा ? यह सब शंकाएं आत्मभाव भावना हैं। यह शंकायें सहज ही दूर हो जाती हैं। यह दूसरे शब्दों में वही बात कही जा रही है जो उपनिषद् का यह मंत्र कहता है :

भिद्यते हृदयग्रन्थिः, छिद्यन्ते सर्वसंशयाः।

हृदय की ग्रन्थियों का भेदन हो जाता है और सब संशयों का छेदन हो जाया करता है।

भोजवृत्ति के अनुसार कर्तृत्व, ज्ञातृत्व, भोक्तृत्व का अभिमान दूर हो जाता है। इसके बाद "तदाविवेकनिम्नं कैवल्यप्राग्भारं चित्तम्"—तब चित्त विवेक से निम्न हुआ और कैवल्य के भार से बोझिल हो जाता है। कहने का तात्पर्य यह है कि जब गुणों और उनकी संतति की ओर से विरक्ति होती है, उनसे सम्बन्ध विच्छिन्न सा हो जाता है, तब चित्त विवेक से दब जाता है वैसे ही जिस प्रकार किसी तराजू पर एक ओर अधिक भार होने से वह पलड़ा दब जाता है। यही बात उत्तरार्द्ध में भी कही गयी है। विवेक से निम्न होना, दूसरे शब्दों में कैवल्य के भार से बोझिल होना है अर्थात् अब कैवल्य की प्राप्ति में कोई देर नहीं है। विवेक की कमी से ही साधक के लिए संसार था। जितना ही विवेक बढ़ता गया उतना ही संसार क्षीण होता गया और कैवल्य [illegible]

पुरुषार्थशून्यानां गुणानाम् प्रतिप्रसवः
कैवल्यं स्वरूपप्रतिष्ठा वा चितिशक्तिः। (४,३४)

पुरुषार्थ से शून्य गुणो के प्रति प्रसव या चिति शक्ति का अपने स्वरूप मे स्थित होना कैवल्य है।

साख्ययोग दर्शन के अनुसार त्रिगुणात्मिका प्रधान का अस्तित्व पुरुष के लिए है। गुण पुरुष का क्या काम करते हैं, इस प्रश्न का उत्तर यह है कि पुरुष को बधन मे डालते है और फिर बधन से छुडाने मे भी सहायक होते हैं। यह कोई बडी बुद्धिमत्त की बात तो नही प्रतीत होती। यदि इस जगत् का कोई स्रष्टा माना जाता है तो उसक यह काम हास्यास्पद होता कि गुणो की इसलिए सृष्टि की जाये कि एक बार पुरुष बधन मे डाले और फिर जब वह छूटने का यत्न करे तो ऐसा करने मे उसकी सहायता करे। परन्तु जब जगत् का कोई स्रष्टा नही है और यह नाटक अनादि काल से चला आ रहा है तो दोप दृष्टि के उत्थापन से कोई लाभ नही है। ऐसा ही यह मान लेना चाहिए। गुण तब तक पुरुष के काम आ सकते है जब तक वह उनसे किसी न किसी प्रकार का सम्बन्ध रखना चाहता हो। परन्तु जब विवेकख्याति और वैराग्य की चरम सीमा तक पहुंच कर वह सर्वथा अपने को उनसे अलग कर लेता है तो उनके लिए कोई काम नही रह जाता। अब वह पुरुष को बाध नही सकते। उसको जगत् रूपी नाटक का कोई दृश्य दिखा नही सकते। ऐसी अवस्था मे गुण पुरुषार्थ शून्य हो जाते हैं अर्थात् अब उनको पुरुष के लिए कुछ नही करना है। गुणो की साम्यावस्था मूल प्रकृति या प्रधान है। साम्यावस्था के विक्षुब्ध होने पर ही बुद्धि आदि की क्रम से उत्पत्ति होती है और जगत् का दर्शन होता है। अब पुरुषार्थ शून्य हो जाने पर गुणा का प्रतिप्रसव हो जाता है अर्थात् प्रधान मे लय हो जाता है वह फिर साम्यावस्था को प्राप्त हो जाते है। इसका नाम पुरुष का कैवल्य है। यही बात दूसरे शब्दो मे भी कही हुई है चित्ति शक्ति या चेतना शक्ति अर्थात् पुरुष जब अपने स्वरूप मे स्थित हो जाता है तब उसकी अवस्था को कैवल्य कहते हैं। साधारणत वह प्रधान के विकारो से रजित रहता है इसलिए वह अपने को स्थूल सूक्ष्म, दु खी, सुखी, अल्पज्ञ, बहुज्ञ, दुर्बल सशक्त मानता है। यह सब उसका स्वरूप नही है। स्वरूपत तो वह चिन्मात्र है। अब जब तीनो गुण प्रतिप्रसव अवस्था को प्राप्त हो गये हैं तो पुरुष फिर अपने चिन्मात्र स्वरूप मे स्थित हो जाता है। यहा दो दृष्टिकोणो से कैवल्य का स्वरूप समझाया गया है। गुणो की दृष्टि से उनका पुरुषार्थ शून्य हो जाना, उनके लिए किसी काम का न रहना, पुन साम्यावस्था को प्राप्त कर लेना और पुरुष की दृष्टि से गुणो के प्रतिप्रसव होने पर अपने स्वरूप मे स्थित हो जाना यह दोनो बातें कैवल्य का लक्षण हैं। यह कैवल्य ही साख्ययोग दर्शना की दृष्टि म परम पुरुषार्थ है।

वेदान्त भी मोक्ष को परम पुरुषार्थ कहता है। यों तो वेदान्त के कई भेद हैं परन्तु यहां मैं अद्वैतवाद का ही संक्षिप्त चर्चा करना चाहता हूं। इस सिद्धान्त के अनुसार सिवाय ब्रह्म के और कुछ नहीं है। उस ब्रह्म में अध्यास के कारण इस जगत् की प्रतीति होती है। जो वस्तु जहां न हो वहां उसकी प्रतीति हो इसको अध्यास कहते हैं। जैसे रस्सी में सर्प की प्रतीति। यह अध्यास अज्ञान के कारण होता है, सद्ज्ञान होने से ही इसकी निवृत्ति हो जाती है। इसलिए कहा जाता है कि ब्रह्म सत्यम्‌जगन्‌-मिथ्या—परन्तु जब कोई अद्वैतवादी जगत् को मिथ्या कहता है तो उसका तात्पर्य यह होता है कि जो प्रतीति हो रही है वह मिथ्या है, आधार मिथ्या नहीं है। प्रतीयमान सर्प मिथ्या है परन्तु रस्सी मिथ्या नहीं है। आवश्यकता इस बात की है कि इस प्रतीति को दूर किया जाय और जो सत्य है, वास्तविक है, उसका साक्षात्कार किया जाय। जब तक ऐसा नहीं होगा हमारा आचरण भी यथावत् नहीं हो सकता। जब तक यह भ्रान्ति बनी रहेगी कि यहां सांप है तब तक डर भी बना रहेगा। सच्चे सांप के देख पड़ने पर जैसा आचरण होता है हमारा आचरण भी वैसा ही होगा पर जब यह भ्रान्ति दूर हो जाय और हमको यह ज्ञान हो जायगा कि यह सांप नहीं रस्सी है तो फिर उसके आकार से डरने का प्रश्न ही नहीं उठेगा।

वेदान्त के सम्बन्ध में एक बड़ी आपत्ति यह की जाती है कि वह मनुष्य को निष्क्रिय बना देता है। यह आपत्ति नासमझ वेदान्तियों के आचरण के कारण उठती है। इसके साथ ही आपत्ति करने वाला भी कम दोषी नहीं है। केवल दौड़ते रहना, कुछ करते रहना, बुद्धिमत्ता का सूचक नहीं है। जो काम हो वह परिस्थिति के अनुकूल होना चाहिये। यदि यह थोड़ी देर के लिए मान लिया जाय कि जगत् वस्तुतः मिथ्या है तो फिर हमको आचरण भी वैसा ही करना चाहिए। जगत् के सत्य होने पर जैसा आचरण उचित होता वह उसके मिथ्या होने पर सर्वथा अनुचित होगा। मरुभूमि में गर्मी के दिनों में कभी प्यासे व्यक्ति को कुछ दूर पर जल देख पड़ता है। उसको मृग-मरीचिका या मृगतृष्णा कहते हैं। यह समझ कर कि यहां वस्तुतः पानी है मृग उधर दौड़ता है और कोसों दूर चला जाता है। ज्यों ज्यों आगे बढ़ता जाता है पानी पीछे हटता जाता है। इस दौड़ धूप में ही उसकी बची खुची शक्ति नष्ट हो जाती है। यह कोई बुद्धिमत्ता की बात तो नहीं हुई। यदि वह जान सकता कि यह जल मिथ्या है तो क्यों इस प्रकार का प्रयत्न करता। पहले हमको भलीभांति विचार करके यह निश्चय कर लेना चाहिए कि वस्तुतः जगत् सत्य है या मिथ्या और फिर तदनुसार आचरण करना चाहिए। वेदान्त के आचार्य कहते हैं कि यह जो मिथ्या प्रतीति हो रही है उसको दूर करना चाहिए और दूर करने के सम्बन्ध में उनका यह कहना है कि जो जगत् हमारे

इस बात की है कि हम उसका ठीक ठीक उपयोग कर सकें। यदि कोई मनुष्य नदी के किनारे से फिसल कर पानी मे गिर जाय तो केवल पानी को गाली देने मे छुटकारा नही हो सकता। उसको तैरना होगा। वही पानी जिसने उसको बन्दी बना रखा है उसके बाहर निकलने का भी साधन हो जायगा। शास्त्रीय विधि से आचरण करना, धर्म पालन करना, जगत् का सदुपयोग है और चित्त को शुद्ध करना है। चित्त के शुद्ध होने पर मोक्ष की इच्छा भी प्रकट होती है और फिर वह शमादि गुणो का अर्जन करके तथा वैराग्य भावना को उद्दीप्त करके सद्गुरु के उपदेश के अनुसार श्रवण आदि उपायो से काम लेता है। एक दिन वह भी आता है जब निदिध्यासन के उपरान्त उसको आत्मसाक्षात्कार होता है और वह अपने और ब्रह्म मे अभेद का अनुभव करता है। ब्रह्म के स्वरूप का वर्णन इस पुस्तक मे कई जगह आ चुका है। जो ब्रह्म का स्वरूप है वही आत्मा का स्वरूप है। ऐसे पुरुष के लिए जिसको इस प्रकार परम पुरुषार्थ की सिद्धि हो गयी है

नेह नानास्ति किचन।

कहीं रत्ती भर भी नानात्व नही है। उसके लिए सर्वत्र सब कुछ वही ब्रह्म है जो एकमेवा द्वितीय—एक और अद्वितीय है। ऐसे व्यक्ति के लिए पुनर्जन्म का प्रश्न उठ ही नही सकता। जब तक जगत् की प्रतीति होती है तब तक लोक है, शरीर है, भोक्तव्य वस्तु है, गन्तव्य स्थान है, आना है, जाना है। जब यह प्रतीति दूर हो गयी तो कौन कहा जायगा, किसलिए जायगा। इसीलिए कहा है

न तस्य प्राणा उत्क्रामन्ति। न स पुनरावर्तते।

अर्थात् उसके प्राण उत्क्रमण नही करते, एक शरीर को छोडकर दूसरे शरीर में नही जाते, वह लौट कर फिर नही आता।

मनुष्य के कर्म तीन प्रकार के होते हैं सचित, प्रारब्ध और क्रियमाण। जितने कर्म उसने पिछले जन्म म किये है उन सब के सस्कार एकत्र होते रहते हैं। उनको ही सचित कहते हैं। उनम स कुछ ऐसे हैं जो परिपक्व हो गये हैं जिनका फल इस जन्म मे भोगना है उनको प्रारब्ध कहते हैं। और सब सचित कर्मों का फल एक साथ नही भोगा जा सकता, यह बात स्पष्ट है। सचित कोष मे से थोडा ही अश प्रारब्ध के रूप मे परिवर्तित होता है। इस जन्म मे जो कम किय जा रहे है उनको क्रियमाण कहते हैं। उनके सस्कार सचित म जुड जायगे। यह सामान्य मनुष्य की कथा है। आत्मज्ञानी की गति दूसरी ही होती है। वह वासनाओ को जीत चुका होता है। उसके क्रियमाण कर्म सब निष्काम होते हैं। इसलिए उनके सस्कार सचित के भडार मे स्फीति नही करते।

यह प्रश्न बहुधा उठता है कि पहले कर्म हुआ या कर्म फल। कर्म से फल होता है और फल से कर्म होता है, ऐसा देखा गया है। ऐसे प्रश्न का उत्तर देना वैसे ही असम्भव है जैसे यह बताना कि पहले बीज हुआ कि वृक्ष। बीज और वृक्ष की परम्परा अनादि है पर अनन्त नहीं है। यदि बीज जला दिया जाय तो बोने पर भी उससे वृक्ष उत्पन्न नहीं होगा। इसी प्रकार कर्म और संस्कार का सम्बन्ध अनादि है। परन्तु यदि वासना का बीज दग्ध कर दिया जाय तो नये संस्कार नहीं बनेंगे। जहां तक संचित कर्मों की बात है आत्मज्ञानी पुरुष का ज्ञान ही उनको नाश कर देता है। कर्म तो इस जगत् में किये जाते हैं। मेरा शरीर, दूसरों के शरीर, एक या दूसरे के साथ व्यवहार, यह सब मिथ्या प्रतीति मात्र है। जिसको ऐसा अनुभव हो गया उसके लिए न पिछले कर्मों के संस्कार हैं, न पिछले कर्म थे, न अतीत और अनागत का भेद है। अब जहां तक प्रारब्ध कर्मों का प्रश्न है उनको आत्मज्ञानी पुरुष भोग लेता है। जिस तरह कुम्हार अपने चक्की को घुमाकर छोड़ देता है, फिर भी वह कुछ देर तक घूमती रहती है। इसी प्रकार प्रारब्ध-वशात् इस शरीर की क्रियायें चलती रहती हैं। आत्मज्ञानी पुरुष के अधिकार में है कि इसका घूमना रोक दे या इसको फिर से घुमाकर और देर तक घूमने दे। परन्तु साधारणतः वह इन दो में से एक काम को भी नहीं करता।

वेदान्तदर्शन के अन्त में परम पुरुषार्थ प्राप्त करने वाले पुरुष के सम्बन्ध में व्यास ने कहा है :

अनावृत्तिः शब्दात् ।

शब्द के कारण अनावृत्ति ।

शब्द अर्थात् वेद ऐसा कहते हैं कि इस पुरुष की अनावृत्ति होगी अर्थात् अब इस संसार में नहीं आयेगा। जन्म मरण के बंधन से छूट गया क्योंकि इस जन्म मरण का जो मूल कारण था वह अज्ञान अब नष्ट हो गया।

परम पुरुषार्थ के बाद साधक की जो मनोदशा होती है वह कुछ कुछ निम्नांकित अवतरणों में व्यक्त होती है।

मनोबुद्ध्यहंकारचित्तानि नाहं न च श्रोत्रजिह्वे न च घ्राणनेत्रे ।
न च व्योम भूमिर्न तेजो न वायुश्चिदानंदरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

न च प्राणसंज्ञो न वै पंचवायुर्न वा सप्तधातुर्न वा पंचकोशः ।
न वाक्पाणिपादं न चोपस्थपायुश्चिदानंदरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

न मे द्वेषरागौ न मे लोभमोहौ मदो नैव मे नैव मात्सर्यभावः ।
न धर्मो न चार्थो न कामो न मोक्षश्चिदानंदरूपः शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

न पुण्य न पाप न सौख्य न दु ख न मन्त्रो न तीर्थं न वेदा न यज्ञा ।
अह भोजन नैव भोज्य न भोक्ता चिदानदरूप शिवोऽहं शिवोऽहम् ॥

न मृत्युर्न शका न मे जातिभेद पिता नैव मे नैव माता च जन्म ।
न बधुर्न मित्र गुरुर्नैव शिष्यश्चिदानदरूप शिवोऽह शिवोऽहम ॥

अह निर्विकल्पो निराकाररूपो विभुत्वाच्च सर्वत्र सर्वेन्द्रियाणाम् ।
न चासगत नैव मुक्तिर्न मेयश्चिदानदरूप शिवोऽह शिवोऽहम् ॥

न मैं मन, बुद्धि, अहकार या चित्त हू, न ज्ञानेन्द्रियो का समुच्चय हूं, न मैं पचमहाभूत हू, मैं चिदानन्द रूप शिव हू । न मैं पचप्राण हू न सप्तधातु हू, न पचकोश हू, न कर्मों का समूह हू मैं तो चिदानन्द रूप शिव हू। न मुझ मे रागद्वेष है न लोभ न मोह है न मद और मात्सय है, न मेरा सम्बन्ध चारो पुरुषार्थों मे से किसी से है, मैं तो चिदानन्द रूप शिव हू। न मुझे पुण्य पाप से कोई तात्पर्य है न सुख दु ख से, न मन्त्रो न तीर्थों से न वेदो मे न यज्ञो से न मैं भोजन हू न भोज्य हु, न भोक्ता हु मैं तो चिदानन्द रूप शिव हू। न मेरी मृत्यु होनेवाली है न कोई शका है न कोई जाति भेद है न मेरा पिता है न माता है न मेरा जन्म हुआ, न बन्धु है न मित्र है न गुरु है न शिष्य है। मैं चिदानन्द रूपी शिव हू । मैं निर्विकल्प निराकार रूपी हु, सर्वत्र सब इन्द्रियो मे व्याप्त हू न असगत हू न मेरी मुक्ति है न मय (ज्ञातव्य वस्तु) हू। मैं तो चिदानन्द रूपी शिव हू।

इसी प्रकार के भाव कुछ सतो की इन वाणियो से भी व्यक्त होते हैं:

सखिया वा घर सब से न्यारा, जह रिन पुरुष हमारा ।
जह नहि सुख दुख साच झूठ नहि, पाप न पुन्न पसारा ।
नहि दिन रैन चन्द नहि सूरज, बिना जोति उजियारा ।
नहि तह ज्ञान ध्यान नहि जप तप, वेद कितेब न बानी ।
करनी धरनी रहनी गहनी, ये सब उहा हिरानी ।
धर नहि अधर न बाहर भीतर, पिंड ब्रह्मड कछु नाहीं ।
पाँच तत्व गुन तीन नहीं तह, साखी सब्द न ताहीं ।
मूल न फूल बेलि नहि बीजा, बिना बृच्छ फल सोहै ।
ओह सोह अर्ध उर्ध नहि, स्वासा लेख न को है ।
नहि निर्गुन नहि सगुन भाई, नहि सूच्छम अस्थूल ।
नहि अच्छर नहि अविगत भाई ये सब सब जग के भूल ।

जहां पुरुष तहवां कछु नाहीं, कहै कबीर हम जाना ।
हमरी सैन लखै जो कोई, पावे पद निरवाना ॥

(कबीर)

नजर महै सब की पड़ै कोऊ देखे नाहि ।
कोऊ देखे नाहि सीस पै सब के छाजै ।
पूरन ब्रह्म अखंड सकल घट आयु विराजै ॥
दिवसै फिरै भुलानु रहै तिरगुन महं माता ।
देखि देखि दै छाड़ि पंडित पहं पूजन जाता ॥
भूला सब संसार भेद नहि जानै वा की ।
देखत है इस संत ज्ञान की दीठी जाकी ॥
पलटू खाली कहूं नहि, परगट है जग माहि ।
नजर मंहै सब की पड़ै, कोऊ देखे नाहि ॥

(पलटू)

अध्याय १८

कुछ अन्य देशीय साधको के अनुभव

मैं इस स्थल पर कुछ अभारतीय महात्माओ की रचनायें देना चाहता हू, इनको मैं धारणा, ध्यान, सम्प्रज्ञात या असम्प्रज्ञात समाधि तथा परम पुरुषार्थ के शीर्षको मे विभक्त नही कर रहा हू। इसलिए इनको उन सब अध्यायो के अन्त म सयोजनीय सामग्री के रूप मे दे रहा हू। इन लोगो ने योग की क्रियाओ और अपने अनुभवो को जिस प्रकार व्यक्त किया है वह बहुत ही चित्ताकर्षक है। उसमे अगत्या उन्होने अपने समय और अपने समाज म प्रचलित प्रतीको, उपमाओ और लोकोक्तियो से काम लिया है। भारतीय हो या अभारतीय, रचना पद्य मे हो या गद्य मे, ऐसे महापुरुषो की भाषा में एक अपूर्व लालित्य होता है। वह लालित्य मेरे रूखे अनुवादो मे नही आ सकता, इस बात को मैं जानता हू। वस्तुत मैंने अनुवाद न देकर, केवल भाव को व्यक्त करने का प्रयत्न किया है। फिर भी मरा विश्वास है कि भारतीय महात्माओ की कृतिया के साथ सन्तुलित करने और मूल तत्त्व को पहचानने मे विशेष कठिनाई न होगी।

शाहिदे दिलरुबाये मन, मीकुनद अज बराये मन।
नकशो निगारो रगबू, ताजा बताजा नौ बनौ।
चू सनमे बलाबुतो, खुशबनशी ब खिलवते।
बोस सिवा बकाअजोज ताजा बताजा नौ बनौ।
बर खे हयात कं खुरी, गर न मदाम मय खुरी।
बादा ब खुर बयादें ऊ ताजा बताजा नौ बनौ।
बादे सबा चू येगुजरी, बर सरे कूए आं परी।
किस्सए हाफिजश बगो ताजा बताजा नौ बनौ॥

(हाफिज)

मेरा मनमोहन प्रेमी मेरे लिए नित्य नये और ताजे सुन्दर रूप और सजावट, रग और सुगन्धि उत्पन्न करता है। जब तुम एकान्त म उस प्रेमपात्र के साथ बिहार करने बैठो तो तालू से उसका चुम्बन करना नित्य ताजा और नया।

जीवन से तुमको लाभ क्या हुआ यदि तुम निरन्तर शराव न पीते रहोगे। उसकी याद में शराव का प्याला पीते रहो, नित्य ताजा और नया। हे शीतल समीर, जब तुम उस परी की गली में से वहती हुई निलकना तो उससे हाफ़िज़ की कथा भी कहती जाना, नित्य ताजी और नयी।

वह शराव कैसे पी जायगी? वह नित्य ताजा और नया दृश्य कैसे देखा जायगा? वह कौन सा समीर है जो हाफिज की कथा उस परी तक ले जायगी? यह सब बातें तो किसी जानकार, किसी गुरु, से ही प्राप्त हो सकती हैं। इस सम्बन्ध में भी हाफ़िज़ ने यों कहा:

> ज़े मय सज्जादा रंगीं कुन, गरत पीरे मुगां गोयद।
> कि सालिक वेख़वर न वुअद, ज़े राहोरस्मे मंजिलहा॥

यदि तुमको शराव खाने का वृद्ध पुरुष आदेश दे तो अपने नमाज़ पढ़ने के आसन को शराव से तर कर लेना क्योंकि सालिक[1] उस मार्ग के नियमों से भलीभांति परिचित होता है।

एक और सूफी महात्मा ने कहा है:

> मना नूरम कि अन्दर लामकां मौजूद वूदस्तम्।
> वहुस्ने रूए खुद हम शाहिदो मशहूद वूदस्तम्॥

मैं वह प्रकाश पुंज हूं जो दिक् से परे लोक में स्थित था और अपने चेहरे के सौन्दर्य का आप ही द्रष्टा और आप ही दृश्य था।

पश्चिम के सभी साधकों ने वाइविल से स्फूर्ति ली है। मेरी समझ में तो इस ग्रन्थ में अध्यात्म के तीन मूल सूत्र हैं।

(१) आरम्भ में शब्द था और शब्द परमात्मा के साथ था और परमात्मा था।
(२) मैं अ और ह हूं।
(३) मैं अपने पिता से अभिन्न हूं[2]

जहाँ मैंने "शब्द" कहा है वहां मूल में लोगॉस आया है। लोगॉस के दो अर्थ होते हैं: (१) शब्द और प्रज्ञान। यदि यहां लोगॉस शब्द के अर्थ में प्रयोग हुआ हो तो इस

---

१ फकीर दो प्रकार के माने जाते हैं, सालिक और मज्जूब। मज्जूब वह लोग हैं जो ब्रह्मानन्द में निरन्तर डूबे रहते हैं। किसी को उनसे दीक्षा मिलना प्रायः असम्भव होता है। सालिक वह लोग हैं जो दूसरों को उपदेश दे सकते हैं।

२. (सेण्ट जांन के गॉस्पेल से)

वाक्य मे इस भारतीय विचार की ध्वनि निकलती है कि जगत् का मूल आदि शब्द ओंकार है जो परमात्मा का प्रतीक है और परमात्मा से अभिन्न है। परन्तु यदि यहां लोगॉस का अर्थ विचार हो तो यह इस भारतीय सिद्धान्त को दुहराता है कि 'हिरण्यगर्भ समवर्तताग्रे —आरम्भ मे हिरण्यगर्भ था। जैसा कि मैं चौथे अध्याय मे दिखला आया हू, हिरण्यगर्भ परमात्मा से अभिन्न है परतु दूसरी दृष्टि से वह परमात्मा का चित्त है।

(२) मूल में आल्फा और ओमिगा का व्यवहार हुआ है। यह ग्रीक वर्णमाला के आदि और अन्त के अक्षर हैं।

कहने का तात्पर्य यह है कि मैं ही इस विश्व का आदि और अन्त हूं। सब कुछ मैं ही हूं· 'सर्वं खल्विद ब्रह्म।'

(३) तीसरे वाक्य मे जीवात्मा के लिए मैं और परमात्मा के लिए पिता आया है। कहने का तात्पर्य यह है कि जीवात्मा परमात्मा से अभिन्न है· अयम् आत्मा ब्रह्म।

अन्धेरी रात मे
प्रेम के आवेग से परितप्त

(ओह, पीडामयी, आनन्दमयी अवस्था।)
मैं गया किसी ने मुझको देखा नहीं।
अपने घर से जहा सब कुछ शान्त था।
रात के समय ताकि कोई देख न सके
वेष बदलकर एक गुप्त सीढी से

(ओह पीडामयी, आनन्दमयी अवस्था।)
रात के समय चुपके से।
जहा सब कुछ शान्त था।
अभिसार करने की कैसी पवित्र रात थी।
गुप्त रूप से जब मुझे कोई देख न सके।
न मैं कुछ देख सकू।
मार्ग बताने के लिए कोई प्रकाश भी नहीं था।
सिवाय उसके जो मेरे हृदय में उद्दीप्त हो रहा था।
उस प्रकाशपुञ्ज के सहारे मैं आगे बढ़ती गयी।

दोपहर के सूर्य का प्रकाश भी इतना विश्वसनीय नहीं हो सकता था।
वह मुझे वहां ले गया
जहां मैं जानता था कि कोई
मेरे आने की प्रतीक्षा कर रहा था
जहां वह रहता था
उसके सिवाय और कोई नहीं रह सकता।
ओह ऐसी रात जिसने इस प्रकार मार्ग दिखलाया।
ओह ऐसी रात जो उषः काल से भी अधिक प्यारी लगती थी।
ओह ऐसी रात जो ले आयी
एक प्रेमी को दूसरे प्रेमी के समक्ष।
प्रेमी और प्रेमिका का आनन्दपूर्ण विवाह कराया।
मेरे पुष्पित वक्षस्थल पर
जो उसके लिए, केवल उसके लिए ही था।
मैं ने मधुर आराम दिया
अपने प्रियतम को।
और उस समय देवदार के वृक्ष धीरे धीरे पंखा झल रहे थे।[1]

---

१. "Upon an obscure night
Fevered with Love's anxiety
(O Hapless, happy plight)
I went, none seeing me,
Forth from my house, where all things quiet be.

By night, from sight
And by a secret stair, disguisedly,
(O hapless, happy plight)
By night, and privily
Forth from my house, where all things quiet be.

Blest night of wandering
In secret, when by none might be spied,
Nor I see anything,

यह सेण्ट जान आफ दि क्रास की बडी सुन्दर रचना है। इसमे साहित्यिक रस और आध्यात्मिक गाम्भीर्य का अद्भुत सम्मिश्रण हुआ है।

फाटक मेरे लिए इस तरह खुल गए। कि एक घटे के चतुर्थांश में मैंने इतना देखा और इतनी बातें जान लीं जो कि कई साल तक विश्वविद्यालय मे पढकर भी नहीं सीख सकता था।[1]

(बेहम)

उसने कई बार मेरी आत्मा मे प्रवेश किया। मुझे कभी उसके आने के ठीक क्षण का तो पता नही लगा परन्तु मुझे यह याद पडता है कि वह मेरे पास था। कभी कभी मुझे यह भी पता चलता था कि अब वह आने वाला है परन्तु उसके आने जाने के ठीक

That light did lead me on,
More surely than the shining of noontide
Where well I knew that One
Did for my coming bide
Where He abode might none but He abide.
O night that didst lead this,
O night more lovely than the dawn of light
O night that brought us,
Lover to lover's sight,
Lover to loved, in marriage of delight

Upon my flowery breat
Wholly for Him and save Himself for none
There did I give sweet rest
To my beloved one :
The fanning of the cedars breathed thereon".
(St. John of the Cross)

---

१. The gate was opened to me, that in one quarter of an hour I saw and knew more than if I had been many years together at an University
(Boehme)

क्षण का पता नहीं चलता था। यह मैं आज तक नहीं जानती कि वह कहां से मेरी आत्मा में प्रवेश करता था और फिर उसको छोड़कर कहां जाता था या किस प्रकार आता था और जाता था। उसका प्रवेश आंखों के द्वारा हो नहीं सकता क्योंकि उसका ऐसा कोई रूपरंग नहीं है जिसको आंखें देख सकें। न वह कानों के द्वारा आता है क्योंकि उसके आने से कोई शब्द नहीं होता न वह नाक के द्वारा आता है, वह हवा से नहीं, बल्कि चित्त से मिलकर एक हो जाता है। फिर वह किस मार्ग से आया या स्यात् यह बात हो कि न वह बाहर से आया, न उसने कभी प्रवेश किया। मैं अपने से ऊपर गयी और यह देखा कि वह वहां भी उपस्थित है। मैं अपने से ही नीचे गया और मैंने देखा कि वह नीची से नीची जगह विद्यमान है। यदि मैंने अपने बाहर देखा तो उसको अपने बाहर पाया और यदि अपने भीतर देखा तो उसको भीतर भी पाया।[1]

---

१. He has freqently entered into my soul, I have never at any time been sensible of the precise moment of His coming. I have felt that He was present, I remember that He has been with me, I have sometimes been able even to have presentiment that he would come, but never to feel His coming nor His departure. For whence He came to enter my soul, or whither He went on quitting it, by what means He has made entrance or departure, I confess that I know not even this day.

It is not by the eyes that He enters, for He is without form or colour that they can discern, nor by the ears, for His coming is without sound, nor by the nostrils, for it is not with the air but with the mind that He is blended...By what avenue then has He entered ? or perhaps the fact may be that He has not entered at all, nor indeed come at all from outside: for not one of these things belongs to outside. I have ascended higher than myself, and lo,I have found the Word above me still. My curiosity has led me to descend below myself also, and yet I have found Him still at a lower depth. If I have looked without myself, I have found that He is beyond that which is outside of me; and if within, He was at an inner depth still.

सेण्ट बर्नर्ड के इन शब्दो मे कुछ ध्वनि मीरा के उस प्रसिद्ध भजन की मिलती है :

मने चाकर राखो जी।

विशेषकर उनकी वह पंक्ति याद आती है :

आधी रात प्रभु दर्शन दीना प्रेम नदी के तीरा।

यदि मुझे परमात्मा का प्रत्यक्ष ज्ञान होता है तो मुझको उसके तद्रूप और उसको मेरे तद्रूप हो जाना चाहिए ताकि यह वह और यह मैं दोनो मिलकर एक "मैं" बन जाय।[1]

(एक हार्ट)

जब परमात्मा का सच्चा सेवक अपने स्वामी के आनन्द मे प्रवेश करता है तो वह ईश्वर के वैभव के नशे मे डूब जाता है। उसको वही अनुभव होता है जो किसी शराबी को होता है। वह अपने को भूल जाता है कि उससे अपनी पृथक् सत्ता की चेतना नहीं रहती। वह स्वय खो जाता है और ईश्वर मे मिल जाता है। उसके साथ एक आत्मा बन जाता है जैसे कि पानी का एक बूद शराब के एक बहुत बडे मटके मे मिलकर तदात्म हो जाता है। क्योकि ठीक जिस तरह वह पानी का बूद गायब हो जाता है उसका स्वाद और रग शराब जैसे हो जाता है वही दशा उन लोगो की होती है जिनके ऊपर परमात्मा की पूरी पूरी कृपा होती है। उनकी सभी ससारी इच्छायें विचित्र ढग से उनसे दूर कर दी जाती हैं। वह अपने से बाहर खीच लिये जाते हैं और परमात्मा की सत्ता में मग्न कर दिये जाते हैं।[2]

---

१. If, I am to know God directly, I must become completely He and He I : so that this He and this I become one I.

(Eckhart)

२. When the good and faithful servant enters into the joy of his Lord, he is inebriated by the riches of the house of God; he feels, in an ineffable degree, that which is felt by an inebriated man He forgets himself, he is no longer conscious of his selfhood, he

रोले कहते हैं कि आत्मा को उस समय बड़ा आनन्द मिलता है जब चारों ओर से उसके ऊपर मधुर और चित्ताकर्षक ध्वनि अवतरित होती है जिसमें उसको आनन्द मिलता और मीठे राग रंग में चित्त मोहित कर लिया जाता है।[1]

मैंने ऐसे स्वरों को सुना जो प्रकाशमान थे और ऐसे रंगों को देखा जिनमें से मधुर संगीत निकल रहा था।—कार्पेण्टर[2]

---

one spirit with Him, as a drop of watcr which is drowned in a great quantity of winc. For even as such a drop disappears, taking the colour and the taste of wine, so it is with those who are in full possession of blessedness. All human desires are taken from them in an indeseribable manner, they are rapt from themselves, and are immersed in the Divine will.

---

१. "Sweetest forsooth", says Rolle again, "is the rest which the spirit takes whilst sweet goodly sound comes down, in which it is delighted and in most sweet song and playful the mind is ravished."

(Rolle)

२. I heard notes that shown and saw colours that dispensed sweet music.

(Carhentcr)

अध्याय १९

योगाभ्यास में विघ्न

यो तो योगाभ्यासी के मार्ग मे बहुत से विघ्न आते हैं। जिनम से कुछ का इस अध्याय मे होगा भी, परन्तु सबसे बडा विघ्न तो स्वय अभ्यासी है। भले ही मोक्ष की इच्छा जागी हो और ससारी बातो की ओर से राग कुछ कम हुआ हो है तो वह साधारण मनुष्य ही जिसका चित्त अभी विक्षेप की सीमा का अतिक्रमण कर पाया है। उसके हृदय मे अनेक जन्मो से अर्जित सहस्रा वासनायें सजोयी हुई अविद्या के सेनापतित्व मे प्रतिक्षण उस पर राग और द्वेष के अस्त्रो का प्रक्षेप होता है। ससार भर की सुन्दर वस्तुयें इन्द्रियो के द्वारो पर खडी अन्त करणरूपी प्रासा प्रवेश करने के लिए लालायित रहती है। जितनी दिशायें हैं उतने ही युद्ध स्थल हैं, किस से लडे। अपना ही चित्त अपने साथ शत्रु जैसा व्यवहार करता है। ऐसा है कि जैसे वह सदा इस प्रयत्न मे रहता हो कि किस प्रकार साधक की हार हो। कि उपनिषदो मे काव्यमयी भाषा मे कहा गया है इन्द्रियो के द्वार पर बैठे हुए दे विषयो की हवा को आते देखकर द्वार खोल देते हैं ताकि वह हवा अपनी शीतलता मोहकता से साधक को मुग्ध कर दे और साथ ही उसके हृदय मे प्रज्वलित वै और विवेक के प्रदीप को बुझा दे। चित्त बच्चों की तरह मचलता है, हठ करत रूठता है और अन्त मे अपनी बात मनवा लेता है। पूरा प्रयत्न इस बात का होता है इस नये और अनभ्यस्त मार्ग को छोडकर उसी मार्ग का अवलम्बन किया जाय जिस चलने का असख्य जन्मो का अभ्यास है।

शरीर भी इस काम म चित्त का साथ देता है। उसके भी सहस्रो वर्षों के अ का झुकाव उसी ओर है और फिर बहुत सी ऐसी बाहरी वस्तुयें एकत्र हो जाती है चित्त और शरीर को इस कृत्य म सहायता देने लग जाती हैं। पतजलि ने मुख्य वि को इस प्रकार गिनाया है

और फिर

दुःखदौर्मनस्यांगमेजयत्वश्वासप्रश्वासा विक्षेपसहभुवः । (१,३१)

अर्थात्, व्याधि स्त्यान, संशय, प्रमाद, आलस्य, अविरति भ्रान्तिदर्शन, अलब्धभूमिकत्व, अनवस्थितत्व, यह चित्त के विक्षेप हैं और यही विघ्न हैं।

और फिर दुःख, दौर्मनस्य, अंगमेजयत्व और श्वास प्रश्वास विक्षेपों के साथ होते हैं।

विक्षेप का अर्थ है विशेष रूप से फेंकना। जो बात चित्त को इधर उधर फेंकती फिरती हैं अर्थात् उसे एकाग्र नहीं होने देती उसको विक्षेप कहते हैं। जैसा कि हम पूर्व के अध्यायों में देख आये हैं योग में आगे बढ़ने के लिए एकाग्रता की बड़ी आवश्यकता है। अतः यह स्पष्ट ही है कि जो वस्तु विक्षेपकारी होगी वह निश्चय ही योगसिद्धि के लिए अन्तराय (विघ्न) का काम करेगी।

इनमें कई शब्द तो ऐसे हैं जो सामान्य बोलचाल में आते हैं। इसलिए उनका अर्थ स्पष्ट है। व्याधि का अर्थ रोग है। यों तो प्रत्येक मनुष्य को स्वस्थ रहने का प्रयत्न करना चाहिए। पर योगी के लिए यह बहुत आवश्यक है। खान पान के जो नियम पहले बतलाये गये हैं उन पर ध्यान रखने से स्वास्थ्य ठीक रह सकता है। परन्तु कभी कभी व्यतिक्रम हो ही जाता है। इस व्यतिक्रम के शिकार बहुधा वह लोग होते हैं जिनको समाज में रह कर दूसरों से मिलना जुलना पड़ता है। ऐसे लोग पूर्णतया स्वतंत्र नहीं रह सकते। उनको खाने पीने में दूसरों का साथ देना पड़ता है। और इसके लिए व्याधि के रूप में दंड भी सहना पड़ता है।

स्त्यान कहते हैं मानस आलस्य को। कभी कभी ऐसा होता है कि कोई काम करने को जी नहीं चाहता। जो काम करना है वह अच्छा लगता है, उसका महत्त्व स्वीकार किया जाता है परन्तु चित्त कुछ ढीला पड़ जाता है। जो तत्परता दिखलानी चाहिए वह नहीं होती।

संशय और प्रमाद का अर्थ स्पष्ट है। अभ्यासी को दो प्रकार का संशय हो सकता है। कुछ दिनों अभ्यास करने के बाद विद्या के ऊपर संशय उत्पन्न हो सकता है कि इस मार्ग पर चलने से सफलता हो भी सकती है या नहीं और यदि हो भी तो वह उपादेय है या नहीं। दूसरा संशय अपने प्रति होता है कि मुझ में इतनी क्षमता है या नहीं कि योग मार्ग पर चलकर सफलता प्राप्त कर सकूं। प्रमाद का वही अर्थ है जिसे बोलचाल में लापरवाही कहते हैं, काम को करना परन्तु उसको पूरा अवधान न देना, केवल औपचारिक ढंग से कुछ कर देना।

आलस्य का अर्थ भी स्पष्ट है। आलस्य शारीरिक और बौद्धिक दो प्रकार का हो सकता है। अविरति का तात्पर्य है चित्त का वैराग्य की ओर से हट जाना और ऐन्द्रिय विषयो की ओर आकृष्ट होना। भ्रान्ति दर्शन का अर्थ है मिथ्या ज्ञान। अलब्धभूमिकत्व का अर्थ है भूमिका का लाभ न करना अर्थात् प्रयत्न करने पर भी आध्यात्मिक उन्नति का न होना और योग की ऊची भूमियो मे प्रवेश न करना। अनवस्थितत्व का अर्थ अवस्थित न होना किसी ऊची भूमि मे पहुचकर फिर जल्दी से चित्त का नीचे उतर आना। दुःख और श्वास प्रश्वास का प्रयोग सामान्य बोलचाल के अर्थ मे होता है। दौर्मनस्य कहते हैं चित्त म निराशा के भाव का आ जाना। अङ्गमेजयत्व शरीर के कापने को कहते है।

यह सब ऐसी बातें है जो सहज मे ही समझ मे आ सकती हैं। इनमे कुछ का सम्बन्ध शरीर से है और कुछ का चित्त से। शरीर सम्बन्धी दोष भी अन्ततोगत्वा चित्त को प्रभावित करते ही हैं। जिस किसी ने कुछ भी अभ्यास किया होगा उसके जीवन म यह सभी अनुभव हुए होगे। छोटी छोटी सी बातें कभी कभी बाधा डाल सकती हैं। यदि वह स्थान जो अभ्यास के लिए चुना गया हो उपयुक्त न हो, वहां छोटे बडे किसी प्रकार के कीडे मकोडे हो तो वह कुछ देर तक बैठना असम्भव कर सकते हैं। मनुष्य के शरीर मे कभी कभी खुजली हो ही जाती है। यह कोई असाधारण बात नही है परन्तु ऐसा देखा गया है कि कभी कभी अभ्यास के समय विशेष रूप से खुजली होने लगती है। किसी एक जगह खुजली हुई और वहा हाथ गया, हाथ जाने के साथ ही उधर ध्यान गया। एक दो बार ऐसा होने पर यह विचार उठता है कि आज मुझे बार बार क्यों खुजली हो रही है और बस खुजली का ताना बध जाता है। एकान्त मे बैठने का परिणाम यो तो अच्छा होना चाहिए और उससे एकाग्रता मे सहायता मिलनी चाहिए परन्तु कभी कभी परिणाम उल्टा सा हो जाता है और चित्त ऐसी बातो की ओर चला जाता है जिनका साधारणत उस समय ध्यान भी न आता। फारसी के प्रसिद्ध कवि शेख सादी ने कहा है .

शब चू दिल बर नमाज़ बरबन्दम्।
चे खुरद बामदाद फरजन्दम्।

जब मैं रात के एकान्त मे ध्यान करने के लिए बैठता हू तो उस समय यह विचार मन म आता है कि कल सवेरे मेरा लडका क्या खायेगा।

पतजलि ने ऊपर दिये हुए दोनो सूत्रो मे जिन विघ्नो का चर्चा किया है वह निश्चय ही महत्त्वपूर्ण है और सावधानी से उनके ऊपर विजय पाने का यत्न करना चाहिए।

होता है और वह समाधि की प्राप्ति में घोर बाधा डालती है। जिन लोगों ने योग का अभ्यास किया होगा उनमें से प्रायः सबको ऐसी मानस अवस्थाओं का अनुभव होगा। मैं नहीं कह सकता कि संस्कृत या हिन्दी के वाङ्मय में किसी ने उनका विस्तृत वर्णन किया है या नहीं, मेरे देखने में नहीं आया। परन्तु यूरोप के कुछ साधकों ने इस सम्बन्ध में पर्याप्त लिखा है। मैं उनके कुछ अवतरण देता हूं।

उन लोगों का कहना है कि अभ्यासी के सामने ऐसी अवस्था आ जाती है जिसको वह आत्मा की काली रात[1] कहते हैं। उन्होंने इस अवस्था का जो वर्णन किया है उस पर आधुनिक मनोविज्ञान से कुछ प्रकाश पड़ता है। साधक आगे बढता चलता है और उसको ऐसा विश्वास है कि मैं आध्यात्मिक उन्नति करता चला जा रहा हूं। सिद्धि मुझ से दूर नहीं है। उसका ऐसा सोचना बिल्कुल निराधार न हो परन्तु यदि उसमें कुछ कमियां रह गयी हैं तो उनको भी दूर करना ही होगा और यह बात आत्मा की काली रात में ही होती है। साधक को ऐसा लगता है कि मैं उस आध्यात्मिक शिखर से नीचे गिरा दिया गया जहां पहुंच गया था और अब किसी प्रकार भी ऊपर चढ़ नहीं सकता। वह घबराता है, रुदन करता है, इस तरह विलाप करता है जिस तरह कोई स्त्री अपने पति के वियोग में करती है और जब यह अवस्था और गहिरी होती है तो उसको अपने दोषों, दुर्बलताओं और कमियों का पता चलने लगता है। भला मेरे जैसा अपूर्ण प्राणी उस ऊंची जगह टिकने का पात्र कैसे हो सकता है? उसका यह विलाप उसके दोषों का मार्जन कर देता है। उसके चित्त में छिपी हुई जो दुर्बलतायें थीं वह सामने आ जाती हैं और आंसुओं में धुल जाती हैं। इस प्रकार पवित्र होकर वह फिर ऊपर उठता है। वियोग की जगह फिर संयोग होता है।

एक प्रसिद्ध साधक मादाम गायन लिखती हैं :

एक बार मेरे हृदय में ऐसा गहरा घाव करने के बाद, परमात्मा, तू ने अपने को मुझ से दूर करना आरम्भ किया और तेरे वियोग का दुःख मेरे लिए इसीलिए अधिक तीव्र हो गया कि तेरा संयोग मेरे लिए इतना मधुर रहा था। तेरा प्रेम मेरे चित्त में इतना प्रगाढ़ था। ईश्वर, जिस प्रकार तू ने मुझको मृत्यु[2] की अवस्था में प्रवेश कराया वह वैसा ही था जैसा कि मृत्यु हुआ करती है।

कभी कभी तू अपने को छिपा लेता था और मैं अपनी सैकड़ों दुर्बलताओं के बीच में अकेली पड़ी रहती थी। कभी कभी अतिप्रेम और माधुर्य के साथ थोड़ी देर के लिए अपनी झलक दिखला देता था ज्यों ज्यों आत्मा मृत्यु की अवस्था के निकट पहुंचती

---

१. The Dark Night of the Soul.

२. कुछ पाश्चात्य सन्तों ने आत्मा की काली रात की अवस्था को मृत्यु भी कहा है।

जाती थी, उसकी पीडा की मात्रा और अवधि बढती जाती थी, उसकी दुर्बलताओं की वृद्धि होती जाती थी, उसके सुख का काल भी छोटा होता जाता था। एक दिन वह आया जब तू ने अपने को बिल्कुल हटा लिया।[1]

सेण्ट जान आफ दि क्रास के इन शब्दों को देखिए :

इस सन्तप्त आत्मा को सबसे बडा दु:ख इस विश्वास से होता है कि अब ईश्वर ने उसका परित्याग कर दिया। इस विषय में उसको कोई सन्देह नहीं रह गया। ऐसा लगता है कि ईश्वर ने उसे निकृष्ट वस्तु समझकर अन्धकार में फेंक दिया। मृत्यु की छाया तथा नरक की पीडाओं और यातनाओं का बहुत गहरा अनुभव हो रहा है और इसका मुख्य कारण यह है कि ऐसा लगता है कि ईश्वर ने परित्याग कर दिया और उसके क्रोध के कारण दंड मिल रहा है। यह सब और इससे भी कहीं अधिक कष्ट आत्मा को हो रहा है क्योंकि ऐसी भयानक आशंका हो रही है कि यह अवस्था सदा रहेगी। ईश्वर ही नहीं, ऐसा लगता है कि सभी प्राणियों ने परित्याग कर दिया और सभी लोग विशेषत मित्रगण घृणा की दृष्टि से देखते हैं।[2]

---

१ After Thou hadst wounded me so deeply as I have described, Thou didst begin, oh my God, to withdraw *Thyself from me : and the pain of thy* absence was the more bitter to me, because the presence had been so sweet to me, Thy love so strong in me.... Thy way, oh *my* God, before thou didst make me enter into the state of death, was the way of the dying life; sometimes to hide Thyself and leave me to myself in a hundred weaknesses, sometimes show Thyself with more sweetness and love The nearer the soul drew to the state of death the more her desolations were long and weary, her weaknesses increased and also her joys became shorter, but purer and more intimate, until the time in which she fell into total privation

२. That which this anguished soul feels most deeply is the conviction that God has abandoned it, of which it has no doubt, that He has cast it way into darkness

पतंजलि ने विघ्नों में स्त्यान् का नाम लिया है।परन्तु कोई कोश और व्याकरण इस छोटे से शब्द के अर्थ को ठीक ठीक समझा नहीं सकता। इसका अनुभव तो किसी जागे साधक को ही होता है। सेंट टेरिसा ने इसका इस प्रकार वर्णन किया है :

यद्यपि यह अवस्था थोड़ी ही देर तक रहती है परन्तु ऐसा लगता है कि शरीर के अवयव सब अलग हो गये हों। नाड़ी वैसी ही धीमा चलने लगती है जैसे कि मृत्यु के समय। यह एक प्रकार से वैसी ही अवस्था है भी। शरीर के भीतर गर्मी जवाब दे जाती है और इसके साथ ही जो गर्मी प्रकृति का अतिक्रमण करके शरीर में आती है, उसकी आंच इतनी तेज होती है कि यदि उसमें थोड़ी सी और वृद्धि हो तो मृत्यु की इच्छा पूरी होने में कोई देर न रहेगी।

आप यह कह सकते हैं कि ईश्वर को देखने की इस इच्छा में अपूर्णता है। यह पूछ सकते हैं कि जब इस आत्मा ने अपने को पूर्णतया ईश्वर को भेंट कर दिया है तो फिर वह क्यों नहीं अपने को ईश्वर की इच्छा पर छोड़ देती। बात यह है कि अब तक तो वह ऐसा कर सकती थी और अपना जीवन इसके लिए भेंट कर सकती थी परन्तु अब ऐसा करना उसके लिए सम्भव नहीं है। अब उसकी बुद्धि ऐसी जगह पहुंच गयी है कि वह स्वयं अपने ऊपर अधिकार नहीं रखती और बस केवल अपनी पीड़ा की बात सोच सकती है। ईश्वर से इतनी दूर होकर वह क्यों जीने की इच्छा करे? वह एक विचित्र अकेलेपन का अनुभव करती है। न तो किसी मनुष्य के साथ अच्छा लगता है और न मेरा ऐसा विश्वास है कि उसे स्वर्गवासी देवों के साथ अच्छा लगेगा। उस समय किसी के साथ रहने में उसको घोर पीड़ा होती है। वह त्रिशंकु की भांति हवा में लटकी हुई है। उसकी गति ऐसी है कि न वह पृथिवी पर उतर सकती है न स्वर्गारोहण कर सकती है। प्यास के मारे प्राण निकल रहे हैं परन्तु जल छूने की सामर्थ्य नहीं है और

---

as an abominable thing....the shadow of death and torments of hell are most acutely felt, and this comes from the sense of being abandoned by God, beidg chastised and cast out by His wrath and heavy displeasure. All this and even more the soul feels now, for a terrible apprehension has come upon it that thus it will be with it for ever. It has also the same sense of abandonment with respect to all creatures, and that it is an object of contempt to all, especially to its friends.

यह एक ऐसी प्यास है जिसको न तो सहन किया जा सकता है और न बुझाया ही सकता है।—सेण्ट तेरीसा[1]

यह सब कष्ट—सच तो यह है कि कष्ट बहुत ही सरल शब्द है—अं आकुलता सही नहीं जाती। परन्तु अच्छे साधकों का कहना है कि उसकी बहुत ब आवश्यकता भी है। वह ऐसा समझते हैं कि बिना इसके आत्मा पूर्ण शुद्ध नहीं हो और बिना पूर्ण शुद्धि के आत्मा परमात्मा के साथ एकाकार नहीं हो सकती। इ

---

१. Although this state lasts but a short time, the limb seem to be disjointed by it The pulse is as feeble a if one were at the point of death; which is indeed, th case, for whilst the natural heat of the body fails, tha which is supernatural so burns the flame that with a few more degrees God would satisfy tho soul's desire for death. You will say, perhaps, that there is imper fection in this desire to see God and ask why this soul does not conform herself to his will since she has so completely surrendered herself to it Hitherto she could do this and consecrated her life to it, but now she can not, for her reason is reduced to such a state that she is no longer mistress of herself and can think of nothing but her affliction. Far from her Sovereign Good, why should she desire to live? She feels an extraordinary lonelinss, finds no companions ship in any earthly creature; nor could she I believe among those who dwell in heaven, since they are not her Beloved. Meanwhile all company is torture to her. She is like a person suspended in mid air, who can neither touch the earth, nor mount to heaven She burns with a consuming thirst, and cannot reach the water. And this is a thirst which cannot be borne, but one which nothing will quench
—St. Teresa

प्रकार के अनुभव से आत्मा का अभिमान पूर्ण चूर्ण हो जाता है और वह अपनी अशुद्धियों और अपूर्णताओं को विशाल परिताप की अग्नि में भस्म करके नग्न और निर्मल हो जाती है। इस रूप में वह नग्न और निर्मल परमात्मा से तादात्म्य स्थापित कर सकता है। सब दोषों से मुक्त, सब दुर्बलताओं के ऊपर पहुंचे हुए, सब विशेषणों के पहुंच के बाहर, स्थित आत्मा और परमात्मा के लिए नग्न शब्द सर्वथा उचित है।

और कई ऐसी बातें हैं जो योगी के रास्ते में बाधा डालती हैं। इनमें से एक पांडित्य प्रेम है। मैंने स्वयं ऐसे लोगों को देखा है जो अभ्यास में अच्छी उन्नति कर रहे थे। एकाएक उनको पढ़ने की इच्छा उत्पन्न हुई। विद्या का व्यसन बुरा नहीं है। श्रोत्रियता की मैंने भी भूरि भूरि प्रशंसा की है परन्तु अति हर जगह वर्जित है। जब मैं किसी योगाभ्यासी को न्याय पढ़ते देखता हूं तो देखकर कांप जाता हूं। उन लोगों की स्मृति जाग उठती है जिनको मेरी जानकारी में न्याय ने पथभ्रष्ट किया था। दूसरा अपराधी वेदान्त है। कभी कभी धर्म भावना भी बाधक हो जाती है। किसी ने ठीक कहा है कि :

बड़ी विपत्ति महन्ती आयी

जीवो का उद्धार करने का विचार अच्छा है इसमें सन्देह नही। यदि अपने पास लोग सत्संग और शंकानिवृत्ति के लिए आते हैं तो उनको भगाया नहीं जा सकता। परन्तु यही सद्विचार उस वृक्ष का बीज है जिसमें मठ सम्प्रदाय के फल लगते हैं। अन्त में एक बहुत छोटी सी बात की ओर ध्यान आकृष्ट करना चाहता हूं। उसकी ओर कबीर ने इस पंक्ति में संकेत किया है :

मितऊ देहलऽ न जगाय, निंदिया बैरिन भइलीं ना।

इन विघ्नों को दूर करने के लिए पतंजलि ने कहा है :

तत्प्रतिषेधार्थमेकतत्त्वाभ्यासः। (१,३२)

उनका प्रतिषेध करने के लिए एक तत्त्व का अभ्यास करना चाहिए। कठिनाई यह है कि उन्होंने यह नहीं बतलाया कि किस तत्त्व का अभ्यास किया जाय। कई टीकाकारों का यह मत है कि यहां एक तत्त्व से ईश्वर से तात्पर्य है। यह हो सकता है कि पतंजलि के ध्यान में इस सूत्र की रचना करते समय ईश्वर की सत्ता रही हो क्योंकि इसके पहले जो सूत्र हैं उनमें ईश्वर का ही चर्चा है। परन्तु एक शंका होती है कि यदि उनका संकेत ईश्वर की ओर है तो फिर यह सूत्र अनावश्यक हो जाता है। उसके ठीक पहले के सूत्र में उन्होंने कहा है :

जो व्यक्ति ईश्वरवाची प्रणव का जप करता है, और ईश्वर की भावन करता है उसको जो लाभ होने हैं उनमे अन्तराय का अभाव विघ्ना का अभाव, भी कह गया है, फिर उसी बात को दुहराना अनावश्यक लगता है। फिर एक तत्व का क्या अर होगा ? मेरी समझ मे पतजलि ने इस प्रश्न का उत्तर जानबूझकर छोड दिया है प्रत्येक साधक को इस बात का अधिकार है कि जो कोई वस्तु उसको अभीष्ट हो औ चित्त को एकाग्र करने मे सहायता देती हो उसकी भावना करे अर्थात् बार बार उसक चिन्तन करे इससे विघ्न धीरे धीरे कम हो जायगा। किसी साधक को किसी इष्टदेव पर श्रद्धा हो सकती है, किसी को अपने गुरुदेव पर। ईश्वर तो मुख्य तत्व के रूप मे है ही। यह निश्चय होना चाहिए कि मेरे ऊपर अवश्य कृपा होगी और इस आध्यात्मिक कर्दम मे से अवश्य ही मेरा उद्धार होगा। ऐसा विश्वास भी मानस विघ्नो को दूर करने म समर्थ होगा। शारीरिक विघ्न तो मानस विघ्न के शमन के बाद प्राय आपसे आप शान्त हो जाता है।

कुछ ऐसी भी बातें होती हैं कि यदि योगाभ्यास की ओर थोडी बहुत प्रगति हुई भी तो उधर बढ़ने नही देतीं। उनको भी विघ्नों में ही गिनना चाहिए। ऐसी बातो में पाडित्य और जाति के अभिमान का मेरी समझ मे प्रथम स्थान है। धन, सन्तति या इसी प्रकार की कोई और ससारी वस्तु मागने के लिए साधु महात्माओ के पास जाने में किसी को सकोच नही होता। यह अपने देश की बहुत पुरानी परम्परा है। परन्तु जो अपने से कम पढा लिखा हो उससे ज्ञान की भिक्षा मांगने मे लज्जा का अनुभव होता है। साधारणत पडित समुदाय ब्रह्मनिष्ठा से कोसो दूर है। इसलिए जिन शास्त्रों को पढता है उनके रहस्य और वास्तविक अर्थ को बिल्कुल नही समझता। परन्तु अभिमान इतना होता है कि अपने से कम पढे लिखे के पास जिज्ञासा लेकर नही जा सकता। श्रुति कहती है :

नायमात्मा प्रवचनेन लभ्य , न मेधया न बहुना श्रुतेन।

यह आत्मा न तो प्रवचन से प्राप्त होती है न मेधा के द्वारा, न पढने लिखने से। ऐसे वाक्यो को पडित समुदाय पढ लेता है परन्तु इन पर गम्भीरता से विचार नहीं करता। स्वय कुछ न जानते हुए भी दूसरो को उपदेश देने का दुस्साहस करता है। इसी प्रकार जो अपने स हीन वर्ण का माना जाता है उससे भी ज्ञान की भिक्षा मांगने मे लज्जा लगती है। दु ख की बात यह है कि शकराचार्य जैसे महापुरुषो ने भी इस भ्रान्त भावना को पुष्ट किया उन्होने परिश्रम करके यह सिद्ध करने का प्रयत्न किया है कि शूद्र आत्मज्ञान का अधिकारी नही है। इस प्रकार का प्रयास शास्त्रीय ज्ञान और विद्या का दुरुपयोग है। विद्वान को अपनी प्रतिमा ऐसे क्षुद्र सिद्धान्तों

के पोषण में नहीं लगानी चाहिए। परन्तु [प्राचीन काल से ही इस बात को सुनते सुनते लोगों के हृदय पर यह बात बैठ गयी है। परिणाम यह है कि अब्राह्मण, विशेषतः शूद्र कुल में जन्म लेने वाले व्यक्ति, के पास ब्रह्मज्ञान की दीक्षा लेने की बात सोचकर भी बहुत से लोगों को हिचक होती है।

इधर पिछले लगभग एक सहस्र वर्षों में बहुत से महात्मा हुए हैं। जहां पांडित्य का अभिमान और ऊंचे कुल का गर्व दोनों बातें हों, वहां तो और भी कठिनाई है। अभ्यास करने पर विघ्न उपस्थित होना तो अलग रहा, यहां तो ऐसी स्थिति उत्पन्न होती है कि अभ्यास आरम्भ होने ही नहीं पाता। किसी ऐसे व्यक्ति को जो अपंडित हो और किसी तथोक्त नीची जाति में उत्पन्न हुआ हो गुरु रूप में मानना एक ऐसी खाई है जिसको बहुत से लोग पार करने में असमर्थ होते हैं।

अध्याय २०

विभूतियां

विभूतियो के लिए लोक मे सिद्धि शब्द अधिक प्रचलित है। इसलिए इस अध्याय मे मैं बहुधा उससे ही काम लूगा। विभूति का अर्थ है ऐश्वर्य, विशेष शक्ति। साधारणत. यो कह सकते हैं कि जिन कामो के सम्पादन मे ज्ञानेन्द्रियो और कर्मेन्द्रियो से काम न लिया जाय या प्राकृतिक नियमो का उल्लघन और अतिक्रमण हो वह काम कर्ता को किन्ही विशेष विभूतियो के द्वारा सम्पादन किये गये हैं। इस प्रकार के कोई काम होते हैं या नही, यह विवादास्पद प्रश्न है। मेरा ऐसा दृढ मत है कि जो प्रसिद्ध योगी हो गए हैं उनमे से किसी ने भी इस बात का दावा नही किया है कि वह प्राकृतिक नियमो का उल्लघन कर सकता है परन्तु और लोग निश्चय ही ऐसा मानते हैं। और मानने का बडा भारी कारण अज्ञान है। जब हम यह कहते हैं कि अमुक काम प्राकृतिक नियमो के अनुसार नही हो सकता तो हमारे इस कथन के पीछे यह दर्पोक्ति छिपी हुई है कि हमे सारे प्राकृतिक नियमो का ज्ञान है। परन्तु यह दर्पोक्ति अन्य दर्पोक्तियो की भांति मिथ्या और निराधार है।

अस्तु, महात्माओ की बात जाने दें। भौतिक जगत् मे पिछले पचास साठ वर्षों म ही हमारे इस प्रकार के अज्ञान और अभिमान का बुरी तरह प्रदर्शन हो चुका है। जब पहले कुछ लोगो ने यह प्रस्ताव उपस्थित किया कि समुद्र मे चलने वाले जहाजो को धातु से बनाया जाय तो उनकी बुरी तरह हसी उडायी गयी। यह कहा गया कि जल पर वही वस्तु तैर सकती है जो जल से हल्की हो। धातु कदापि नही तैर सकता। जहाज पानी मे डालते ही डूब जायगा परन्तु धातु के जहाज बने और आज भी बन रहे हैं। यही बात अधिक आग्रह के साथ उस समय कही गयी जब वायुयान को बनाने का प्रस्ताव उपस्थित किया गया। आज वायुयान भी चल रहे हैं। सच बात तो यह है कि मनुष्य को प्रकृति के सम्बन्ध में बहुत कम जानकारी है। न्यूटन अपने समय के बहुत बड़े विज्ञानवेत्ता थे। परन्तु धार्मिक स्वभाव के होने के कारण उनमे नम्रता भी बहुत थी। उन्होने अपने सम्बन्ध मे लिखा था मेरी अवस्था उस छोटे से बालक जैसी है जो समुद्र

मुग्ध हो परन्तु इस विश्व में जो सुन्दर वस्तुयें हैं उनके अनुपात में उन टुकड़ों का महत्त्व नहीं के तुल्य है। आज मनुष्य का ज्ञान भंडार निश्चय ही वहुत विस्तीर्ण हो गया है परन्तु अव भी अज्ञात की अपेक्षा ज्ञात का अनुपात वहुत कम है।

आजकल परा मनोविज्ञान का अध्ययन प्रायः सभी देशों में हो रहा है। अमेरिका के ड्यूक विश्वविद्यालय के प्रो० राइन एक प्रकार से इस नये शास्त्र के प्रवर्तक कहे जा सकते हैं। परन्तु आजकल इसमें से कई ऐसी शाखा प्रशाखायें निकलीं हैं जिनके सम्वन्ध में ड्यूक विश्वविद्यालय के अतिरिक्त अन्य स्थानों में वहुत खोज हुआ है और हो रहा है। इतना ही नहीं, अभी तो इस विद्या ने अपने शैशव काल में ही पांव रखे हैं परन्तु अभी से इसके उपयोग की वात भी सोची जाने लगी है और, जैसा कि आजकल प्रायः सभी विद्याओं के साथ होता है, सवसे पहले युद्ध और राज्य विस्तार के क्षेत्र में ही उपयोग ढूंढ़ा जाता है।

परा मनोविज्ञान के शोध करने वालों ने देखा है कि मनुष्य कई विलक्षण काम कर सकता है। जैसे किसी मेज पर एक पेन्सिल पड़ी हो। कुछ देर तक उस पर चित्त एकाग्र करने से वह खड़ी हो जाती है या अपने स्थान से हट जाती है। दूसरों के चित्त में सम्प्रति किस प्रकार के विचार उठ रहे हैं इसका भी कुछ ज्ञान हो सकता है। यह ऐसी वातें हैं जिनका निश्चय ही भौतिक कामों के लिए उपयोग हो सकता है। पेन्सिल का स्थानान्तरण हो सकता है तो शत्रु के दफ्तर में रखे हुए गुप्त कागज अपने यहां क्यों नहीं मंगाये जा सकते? यह वातें सुन कर हास्यास्पद प्रतीत होती हैं। परन्तु इस समय कई विद्वान् इन वातों को लक्ष्य करके प्रयोग कर रहे हैं। ऐसा मानने का पर्याप्त कारण है कि रूस में ऐसे प्रयास हो रहे हैं। सम्भवतः अन्यत्र भी हो रहे होंगे। योग की कुछ और वातों की ओर भी इस सम्वन्ध में लोगों का ध्यान गया है परन्तु अप्रासंगिक होने से उन वातों का विस्तार से यहां चर्चा करना अनावश्यक है।

परामनोविज्ञान की प्रयोगशालाओं में विशेष रूप से व्यवहित दर्शन और फिर उसके वाद व्यवहित श्रवण की ओर ध्यान दिया गया है। उदाहरण के लिए, कुछ कार्ड लिये जाते हैं। प्रायः ऐसे कार्डों की संख्या पचीस होती है। एक एक प्रकार के पांच पांच कार्ड लिये जाते हैं, फिर इनको उलटकर तथा अस्तव्यस्त क्रम से रख दिया जाता है और जिस व्यक्ति की परीक्षा करनी होती है उससे कहा जाता है कि उनकी पीठ की ओर देखकर यह वतलाये कि कार्डों के रखने का क्रम क्या है। यह प्रायः सवसे सरल प्रयोग है। अभ्यास करने के वाद कई लोगों को इतनी सफलता प्राप्त हो जाती है कि वह प्रायः सभी कार्डों को ठीक ठीक जान लेते हैं। फिर कार्ड एक कमरे में रहते हैं, देखनेवाला दूसरे कमरे में वैठाया जाता है। और भी कई प्रकार से प्रयोग होता

नगरो के तापमान, या विभिन्न वस्तुओ के बाजार भाव, रख दिया जाता है और उन सख्याओ के पढने के लिए कहा जाता है। इसमे भी कई लोगो को बहुत सफलता मिली है और अभ्यास से सफलता का अनुपात बढता जाता है। जो बात व्यवहित वस्तु को देखने के सम्बन्ध मे पायी गयी है, वही बात व्यवहित बात को सुनने के सम्बन्ध में भी पायी जाती है। इन सब बातो को देखकर इस शास्त्र के विद्वान् इस परिणाम पर पहुचे हैं कि यह शक्ति प्राय हर मनुष्य मे है। कुछ लोगो में जन्मना बहुत विकसित रूप में मिलती है, दूसरे लोगो मे अभ्यास से जागृत की जा सकती है। हां, ऐसे भी लोग हैं जिनमे इतनी प्रसुप्त अवस्था मे विद्यमान है कि उसको ऊपर लाना प्राय असम्भव के बराबर है।

इस प्रकार के देखने सुनने को अतीन्द्रिय प्रत्यक्ष (Extra Sensory Perception) थोडे मे ई० एस० पी (ESP) कहने लगे हैं।

इस विषय मे मुझको भी बहुत अभिरुचि है। डा० राइन और कई दूसरे विद्वानों से मेरा पर्याप्त पत्र व्यवहार हुआ है और अब भी होता रहता है। मैं, इन प्रयोगो की उपलब्धियों को ठीक मानते हुए इनके सम्बन्ध मे जो मत स्थिर किया गया है, अर्थात् इनकी अतीन्द्रियता का जो प्रतिपादन हुआ है, उसको स्वीकार नही करता। मेरा यह निवेदन है कि यह अनुभव अतीन्द्रिय नही है। इतना तो ड्यूक विश्वविद्यालय और अन्य परीक्षण से सिद्ध हो चुका है कि इस प्रकार के प्रत्यक्ष मे इन्द्रियो का वही अधिष्ठान और वही नाडीतन्तु काम मे आते हैं जो साधारण प्रत्यक्ष मे व्यवहार मे लाये जाते हैं। यदि देखने की बात है तो उसी साधारण आख से काम लिया जाता है, आंख के पीछे रेटीना के उसी पर्दे पर चित्र बनता है जो सामान्य देखने मे काम आता है। यहा तक तो यह प्रत्यक्ष साधारण प्रत्यक्ष से अभिन्न है। सबको ऐसा अनुभव साधारणत नही होता यह इसकी भिन्न जातीयता का प्रमाण नही है। कई देशो, विशेषत फ्रास, मे जहां शैम्पेन और इसी प्रकार की महगी शराबें बनायी जाती है, कुछ लोग "वाइन टेस्टर का काम करते हैं। यह शराब बनाने के कारखाना मे रहते हैं और बना हुआ माल इनको चखने के लिए दिया जाता है। जो अच्छे 'टेस्टर" हैं वह तीन चार सौ स्वादो को पहचान सकते हैं। साधारण मनुष्य के लिए स्वादो मे इतनी बारीकी से भेद करना असम्भव प्रतीत होता है। परन्तु न तो 'टेस्टर" स्वय कहता है, न कोई और कहता है, कि उसको स्वादो के विषय म अतीन्द्रिय प्रत्यक्ष हो रहा है।

मेरा यह निवेदन है कि इन्द्रियो की शक्ति बहुत बडी है। परन्तु हम उनसे साधारणत काम नही लेते। काम लेना हमारे हित मे भी नही है। प्रकृति अपने कामों मे बहुत मितव्ययिता दिखलाती है। जिस वस्तु का उपयोग नही है उसको छिपाये रखती है। मनुष्य के शरीर का विकास उसकी वासनाओ की तृप्ति को सामने रखकर

ही हुआ है जीवन में सामान्यतः जो वासनायें उसको प्रेरित करेंगी और उन प्रेरणाओं को तुष्ट करने के लिए जिस उपकरणों की आवश्यकता होगी वह उसको दी गयी हैं।

हमको विशेष प्रकार से खाना होता है। खाद्य सामग्री का संग्रह करना होता है। इन बातों को देखकर ही गर्भ से ही हाथ का निर्माण आरम्भ होता है। यदि दूसरे प्रकार का हाथ हमको दिया जाय, चाहे वह हमारे वर्त्तमान हाथों से वलिष्ठ ही क्यों न हो, तो उससे हित के स्थान पर हमारा अहित हो सकता है। हमारे भोग की लिप्साओं की पूर्ति के लिए आंख की जितनी शक्ति की आवश्यकता है वह प्रकट है। यदि इससे बहुत अधिक शक्ति मिल जाय तो कष्ट हो सकता है। हमारे सामने कोई ऐसा व्यक्ति खड़ा हो जिससे हमको प्रेम है। यदि हम अपनी आंखों से उसके शरीर के भीतर होने वाली सारी रासायनिक क्रियाओं को देख सकें तो प्रेम की जगह घृणा ले ले। हम किन्हीं लोगों को अपना मित्र समझते हैं। हमारे पीठ पीछे वह हमारे सम्बन्ध में क्या बातें करते हैं यदि दूर से बैठे बैठे हम उन बातों को सुन सकें तो जीवन पागलों जैसा हो जाय। इसलिए प्रकृति का यह बहुत ही सुन्दर विधान है कि हमको इन्द्रियों की सीमित शक्ति का परिचय मिलता है और सीमित शक्ति से ही हम काम ले सकते हैं। परन्तु उनकी वास्तविक शक्ति इससे अधिक है। यदि उनसे वासनाओं की तृप्ति का काम न लिया जाय तो फिर वह शक्ति निर्बाध हो जाती है। जब कोई व्यक्ति योगाभ्यास करने के लिए चित्त को एकाग्र करके बैठता है तो उसको इस जगत् में ऐसे दृश्य देख पड़ते हैं, ऐसी ऐसी बातें सुन पड़ती हैं, जिनका साधारण मनुष्य अनुमान भी नहीं कर सकता। योगियों की वाणियों में ऐसी बातों का परिचय भरा पड़ा है। पुस्तक के पूर्ववर्ती कई अध्यायों में मैंने इस प्रकार के कई अवतरण दिये हैं। जो लोग योग का अभ्यास न करते हों परन्तु किसी कारण विशेष से चित्त को एकाग्र करके कुछ देर बैठते हों, तो उनकी इन्द्रियों की भी सोयी हुई शक्ति अंशतः जाग जायगी। संक्षेप में इस सम्बन्ध में मेरे यह विचार हैं कि इस प्रकार के प्रयोगों से कोई अतीन्द्रिय अनुभव नहीं होता। इन्द्रियों की वास्तविक शक्ति के कुछ प्रसुप्त अंश निश्चय ही जाग जाते हैं।

परन्तु इस प्रकार की प्रयोगावस्था से हम सिद्धियों के क्षेत्र में पहुंच जाते हैं। ऐसा कहा जा सकता है कि व्यवहित वस्तुओं को देख लेना सिद्धि है और यदि किसी ने अभ्यास करके अपनी इन्द्रियों की इस सोयी हुई शक्ति को जगाया हो तो वह सिद्ध पुरुष होने की प्रसिद्धि पा जायगा, यद्यपि वह प्रकृति का रत्ती भर अतिक्रमण नहीं कर रहा है। इन्द्रियां अहंकार से निकली हैं जो त्रिगुणात्मिका प्रकृति की ही संतति हैं।

आज से कुछ दशक पहले सम्मोहन (हिप्नोटिज्म) की गिनती ऐसी विद्याओं में थी जिनके द्वारा चतुर लोग लोगों को मूर्ख बनाकर पैसा ठग लिया करते थे।

आज उसकी गणना सद्विद्याओं मे हो गयी है। उसकी सहायता से कई प्रकार के रोगो की चिकित्सा की जाती है और बहुत से अच्छे डाक्टर उसका अभ्यास करते हैं।

मनोविज्ञान का यह आग्रह नही है कि वह मानव स्वभाव के अन्तस्तल तक पहुच गया है और उसके सारे रहस्यो से परिचित है परन्तु इसमें सन्देह नहीं कि विज्ञान के इस क्षेत्र मे बहुत उन्नति हो रही है और मनुष्य के व्यवहार की बहुत सी ग्रन्थियां खुलती जा रही हैं। ज्ञान मे जो इस प्रकार की वृद्धि हो रही है उससे योग के भी प्रात भागो मे प्रकाश पडता है। यह कोई आश्चर्य की बात नही है। योगी अयोगी दोनों का चित्त एक जैसा ही होता है। साधारण मनुष्य का चित्त प्राय क्षिप्त या विक्षिप्त अवस्था मे होता है और विक्षिप्त चित्त को लेकर ही साधक अभ्यास करने बैठता है। छलांग मारकर कोई समाधि की ऊंची भूमिकाओ तक नही पहुचता। क्रमश आगे बढा जाता है। चित्त के व्यापार की शृखला सहसा नही टूट जाती। हमको ऐसी आशा करनी चाहिए कि सिद्धियो के विषय मे भी मनोविज्ञान के द्वारा और ज्ञातव्य बातें जानी जा सकेंगी और इसके साथ ही योग के अनुभव सामान्य जीवन के लिए उपयोगी हो सकेंगे।

सिद्धियो के सम्बन्ध मे विचार करते समय हमको पतजलि का यह सूत्र सदैव ध्यान मे रखना चाहिए :

ते समाधावुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धय । (३,३६)

वह समाधि मे विघ्न और व्युत्थान मे सिद्धि हैं।

यदि कोई साधक इस उद्देश्य से अभ्यास करता है कि मुझको सिद्धियां प्राप्त हो जाय या कम से कम कोई एक सिद्धि विशेष प्राप्त हो जाय तो उसका यह लक्ष्य तो चाहे पूरा हो जाय परन्तु समाधि की दिशा मे आगे नही बढ सकेगा। सिद्धि का चस्का बहुत बुरा होता है और फिर मनुष्य अपने को यह समझाकर धोखा दे लेता है कि मैं तो इस प्रकार लोकहित कर रहा हू। आर्त्तों का दुख दूर कर रहा हू। प्रसिद्ध जर्मन कथा फाउस्ट का यही आधार है। अपने नगर मे फैले सक्रामक रोग से लोगो की रक्षा करने के लिए फाउस्ट उत्सुक और व्यग्र था। यह शक्ति उसको प्राप्त हुई। परन्तु इसके बदले मे उसको अपनी आत्मा को शैतान के हाथ बेच देना पडा और फिर वह यावज्जीवन ईश्वराभिमुख न हो सका। यदि बिना प्रयास के या बिना सकल्प के ही किसी प्रकार की सिद्धि प्राप्त हो जाय तो भी उससे काम नही लेना चाहिए। लोकहित भी प्रलोभन है, और प्रलोभन कोई भी हो, समाधि से खीचकर नीचे गिरा देता है,

इस बात की भी आशंका रहती है कि सम्पन्न पाकर वह शक्ति क्षीण हो जाय और साधक कहीं का भी न रहे। आध्यात्मिक उन्नति तो गयी ही, वह शक्ति भी हाथ से चली जाय जिसके द्वारा लोक में कुछ ख्याति प्राप्त की गयी थी।

जन्मौषधिमन्त्रतपःसमाधिजाः सिद्धयः। (४,१)

इस सूत्र में पतंजलि ने बतलाया है कि सिद्धियां पांच प्रकार की होती हैं। उनमें से कुछ जन्म से, कुछ औषधों से, कुछ मंत्रों से, कुछ तप से और कुछ समाधि से उत्पन्न होती हैं।

सहज सिद्धियां

जो सिद्धियां किसी व्यक्ति के जन्म काल से ही पायी जाती हैं उनको सहज सिद्धियां कह सकते हैं। राम, कृष्ण, शंकराचार्य ईसा, जैसे महापुरुषों के सम्बन्ध में जो बहुत सी बातें कही जाती हैं उनको छोड़ भी दिया जाय तब भी आजकल भी ऐसे लोग देखे जाते हैं कि जिनमें बचपन से ही अद्भुत शक्तियां पायी जाती हैं। बच्चा तीन चार वर्ष के वय से ही संगीत में पारंगत प्रतीत होता है, कोई गणित जैसे कठिन विषय पर अलौकिक अधिकार रखता है। परा मनोविज्ञान के सन्दर्भ में जिन शक्तियों का चर्चा हुआ है वह भी कुछ लोगों में बिना अभ्यास के जन्म से ही देख पड़ती हैं। कुछ बच्चों में पूर्व जन्म की स्मृति विद्यमान रहती है। इस प्रकार की सिद्धि का होना यह प्रमाणित करता है कि इस व्यक्ति ने पिछले जन्म में अभ्यास के द्वारा ऐसी शक्ति अर्जित की है जिसके संस्कार अभी तक चले आ रहे हैं। बहुधा यह भी देखा गया है कि वय बढ़ने पर इस प्रकार की क्षमता चली जाती है।

औषधिज सिद्धियां

प्राचीन साहित्य में ऐसी कई ओषधियों का चर्चा मिलता है जिनके सेवन से मनुष्य में कुछ देर के लिए विचित्र शक्तियां प्रकट हो जाती हैं। ऐसी बातों का चर्चा केवल भारत ही नहीं प्रायः उन सभी देशों में मिलता है जिनकी संस्कृति में आध्यात्मिक विषयों का महत्त्वपूर्ण स्थान रहा है। वैदिक वाङ्मय सोम की महिमा से परिपूर्ण है। सोम का व्यवहार केवल भारतीय आर्यों में ही नहीं था प्रत्युत वह आर्य लोग भी उसका सेवन करते थे जिनके वंशज आज पारसी कहलाते हैं। जरथुश्त्र ने अन्य सुधारों के साथ साथ सोम का भी, जिसका ईरानी रूप होम था, निषेध करना चाहा परन्तु इसमें उनको ... कहते हैं कि एक दिन वह ध्यानावस्था बैठे थे कि ...

पीछे से होम देवता ने पुकारा और उसके आदेश को मानकर उन्होंने सोम पान के निषेध की अपनी आज्ञा उठा ली।

पाश्चात्य विद्वानो का मत है कि वह विजया (भग) की भांति का कोई मादक रस था जो किसी विशेष प्रकार के पौधे को पीसकर निकाला जाता था। किसी और जानकारी के अभाव मे पढ़ा लिखा भारतीय भी यही मानने लगा है। सोम पौधे से पीस कर निकाला जाता था, इसमे सन्देह नही। उससे नशा भी होता था, इसमें भी सन्देह नहीं है। परन्तु वह सामान्य नशे के लिए नही पिया जाता था। आर्य सुरा से परिचित थे, शराब निकालना जानते थे। यदि उनको मादक वस्तु की ही चाह होती तो सुरा थी ही। पी सकते थे, पीनेवाले पीते ही थे। परन्तु सोम को जो विशेष स्थान दिया गया था, वह केवल नशे के लिए नही था। सोम बेचने वालो को कई सुविधायें प्राप्त थी, वह युद्धकाल में भी बेरोकटोक देश के एक कोने से दूसरे कोने तक आ जा सकते थे। अन्य मादक वस्तुओ की भांति न तो सोम गली गली बिकता था, न जब चाहे तब पीस कर निकाला जाता था। एक तो वह मूजवान पर्वत से आता था जो कही अफगानिस्तान के पास है। यों ही महगा होता होगा। दूसरे, यज्ञ के सिवाय और कभी तैयार नही किया जाता था। यज्ञ मे भाग लेने वालो को ही उसको पीने का अवसर मिल सकता था। ब्राह्मणो का कहना था :

सोमोऽस्माकं ब्राह्मणाना राजा।

"सोम हम ब्राह्मणा का राजा है।" ऐसे शब्द निर्लज्जता के साथ किसी मादक वस्तु के लिए नही कहे जा सकते थे।

वेदो मे सोम की बहुत महिमा गायी गयी है। एक ओर तो सोम ओषधि मात्र का प्रतीक है, दूसरी ओर वह उस रस, उस पोषक शक्ति का नाम है जो सर्व वनस्पतियो मे सचार करता है और उसके द्वारा सभी जीवो का भरण पोषण करता है। सोम प्राण की भी सज्ञा है और शारीरिक तथा बौद्धिक क्रियाओ और चेष्टाओ का प्रेरक है। सोम के सम्बन्ध मे यह मत्र विशेष रूप से द्रष्टव्य है :

सोमं मन्यते पपिवान् यत् सम्पिबन्त्योषधिम्।
सोम य ब्रह्माणो विदुर्न तदश्नाति पार्थिवः ॥ (१०,८५, ३)

यहा स्पष्ट शब्दो मे दो प्रकार के सोम का उल्लेख है। एक तो वह जो साधारण मनुष्य पौधे को पीसकर पीता है, दूसरा वह जिसका रसास्वाद ब्राह्मण करता है।

मंत्र का अर्थ है :

"सोम को पीने की इच्छा से (लोग) पौधे को पीसते हैं, परन्तु जिस सोम को ब्राह्मण जानते हैं उसको पार्थिव, संसारी, मनुष्य नहीं चखता ।"

सोमपान का यही रहस्य है। सोम के रस को पान करने से एक विशेप प्रकार की अनुभूति होती थी जो समाधि के नीचे स्तरों के अनुभव से मिलती जुलती थी। जो साधक सोम का सेवन करता था उसको चित्त में एकाग्रता लाने में सहायता मिलती थी।

आज से कुछ दिन पहले सोम के इस गुण को समझना कठिन था। परन्तु आज पश्चिम, विशेपत: अमेरिका, में ऐसे कई प्रयोग हो रहे हैं जिनसे यह वातें कुछ समझ में आने लगी हैं। कई ऐसे पौधे हैं जिनके रस में कुछ विलक्षण गुण पाये गये हैं। इनमें मेस्केलीन पर वहुत प्रयोग हुआ है। पीने के वाद चित्त में विशेष प्रकार के विस्तार का अनुभव होने लगता है। ऐसा प्रतीत होता है कि जैसे दिक् और काल नीचे छूट गये हैं। एक क्षण के लिए ऐसा लगता है जैसे विश्व के रहस्य का साक्षात्कार हो रहा है।[1] अन्त:करण में अद्‌भुत शान्ति छा जाती है। और सवसे बड़ी वात यह है कि अन्य मादक वस्तुओं की भांति लत नहीं पड़ती। जव उस अनुभूति की इच्छा हो सेवन किया जा सकता है।

इसमें कोई सन्देह नहीं प्रतीत होता कि सोम लता कोई ऐसी ही ओषधि थी जिसके रस में यह गुण था। वह साधना में सहायक होती थी, इसलिए उसे पिया जाता था, भंग और मदिरा की भांति नशे के लिए नहीं। उसके प्रभाव से साधक को सिद्धि प्राप्त होती थी। उस सिद्धि को "वाज" कहते थे। यह सोम का चरम स्वरूप था। साधारण मनुष्य ऐसी ऊंची अनुभूति का पात्र नहीं होता, इसीलिए सोम को ब्राह्मणों का, ब्रह्मजिज्ञासुओं का, राजा कहा गया था। यह भ्रान्त विचार है कि आर्य सोम के नशे के शौकीन थे और उन्होंने इस मादक द्रव्य को देवपद दे दिया था।[2]

औपधों के प्रयोग से भी जो सिद्धियां प्राप्त होती हैं वह चिरस्थायिनी नहीं होती और न वहुत उच्च स्तर की होती हैं परन्तु नये साधक को चित्त एकाग्र करने में इन ओपधियों से सहायता मिलती है।

मंत्रज सिद्धियां

हमारे आध्यात्मिक वाङ्मय में मंत्रों का वहुत वड़ा स्थान है और उनके द्वारा सिद्धियों की प्राप्ति का वरावर चर्चा मिलता है। ऐसा माना जाता है कि मंत्र के

---

१. इसको मोमेण्ट आफ ट्रुथ—सत्य का क्षण कहा गया है।

२. [illegible]

द्वारा जो सिद्धि प्राप्त होती हैं वह उच्च कोटि की होती हैं और चिरस्था होती हैं।

मन्त्र दो प्रकार के होते हैं ध्वन्यात्मक और वर्णात्मक। योगी को अभ्यास अवस्था मे विशेष भूमिकाओ मे जो नाद के विशेष भेद सुन पडते हैं उनका अनुकर वैखरी बोली मे करने से ध्वन्यात्मक मन्त्र बनते हैं। सबसे बड़ा और उत्कृष्ट ध्वनन्यात्म मन्त्र "ओंकार" है। परन्तु उसके अतिरिक्त और भी कई ऐसे मन्त्र हैं जैसे क्लीम, ह्री होम् इत्यादि।

वर्णात्मक मन्त्र वह हैं जो शब्दो को व्याकरण के नियमो के अनुसार मिलाक वाक्य के रूप मे होते हैं जैसे नमो नारायणाय, नमश्चण्डिकायै, इत्यादि।

वर्णात्मक मन्त्र होने को तो वन्दना या प्रार्थना के रूप मे होते हैं, पर उनम और साधारण वन्दनाओ मे एक बहुत बडा अन्तर होता है। ऐसा माना जाता है कि मन्त्र की शक्ति उसके अर्थ मे नही, वरन् मुख्यतया उ अक्षरो की ध्वनियो मे है जिनको मिलाकर कर मन्त्र बनता है। ऐसा विश्वा है कि जिसके मुख से वह मन्त्र पहले पहल निकला—ऐसे व्यक्ति को मन्त्र का द्रष्ट या ऋषि कहते है—स्वय योगी रहा होगा। समाधि के प्रसाद से उसकी वाण शक्तिशाली हुई और उसके मुह से शब्दो का समुच्चय निकला। भले ही इस समुच्च का कोश और व्याकरण के, अनुसार कोई अर्थ भी होता हो परन्तु मुख्य बात यह है कि उन शब्दो की सजावट, उनके उच्चारण का क्रम और उसकी विधि इस प्रकार की है कि यथाविधि मन्त्र के पढने मे वायुमडल मे जो स्वर लहरी उत्पन्न होती है उसके कुछ विशिष्ट फल होते हैं। परमात्मा की पराशक्ति सर्वत्र विद्यमान है। वही परा देवता है। उसके नाना भेद हैं। भौतिक जगत् मे ऊर्जा के जितने भेद ज्ञात है जैसे विद्युत्, प्रकाश, ताप आदि—यह सब भी पराशक्ति के ही भेद हैं। इनके अतिरिक्त मनुष्य जगत् मे काम करने वाली जितनी शक्तिया है, आध्यात्मिक जगत् मे जो शक्तियाँ गतिशील हैं, वह सब भी इस परा देवता के अधीन, और भेद हैं। मूल ध्वनि ओंकार के यथाविधि उच्चारण स जो स्वर लहरी उत्पन्न होती है वह परा देवता को जगाती है अर्थात् उसके प्रभाव से परा देवता उस स्थान पर प्रकट होती है और साधक के कार्य को सिद्ध करती है। इसी प्रकार जो योगियो के मुह से निकले हुए मन्त्र नाना शब्द समूह होते हैं उनसे जो हवा मे कम्पन होता है वह कम्पन प्राण और नाडीतन्तुओं को प्रकम्पित करता है और इस प्रकार जो लहरी उत्पन्न होती है वह परा देवता के किसी भेद का उद्बोधन करती है अर्थात् किसी शक्ति विशेष को जगाती है, उस शक्ति विशेष के प्रभाव को प्रकट करती है। ऐसी विशेष शक्तियो मे से कुछ के नाम दिये हुए हैं। वह शक्तियाँ

यह हो सकता है कि इस संग्रह में सब रचनायें मंत्रात्मक न हों। बहुत से प्रक्षेप हो गये हों परन्तु यदि कोई शब्द समूह सचमुच मंत्र है तो उससे उसके देवता का उद्बोध होना चाहिए और उस शक्ति की प्राप्ति होनी चाहिए जिसका नाम उस तथाकथित मंत्र के साथ सम्बद्ध है। मंत्र की यही कसौटी है। परन्तु यह भी अवधान की बात है कि जहां मंत्र के यथार्थ उच्चारण से देवता का उद्बोध होता है और शक्ति जागती है, दूसरे शब्दों में सिद्धि की प्राप्ति होती है, वहां यदि मंत्र के उच्चारण में कोई भूल हो जाय तो इतना ही नहीं कि लाभ न होगा बल्कि उलटे हानि भी हो सकती है। ऐसा कहा गया है कि मंत्र के पढ़ने में स्वर या वर्ण में कोई दोष आ जाय तो वह मंत्र वाग्वज्र होकर पढ़नेवाले के लिए घातक हो जाता है। इसीलिए मंत्र का अनुवाद नहीं हो सकता। मंत्र में जो प्रार्थना की गयी हो उसको उससे सुन्दर शब्दों में व्यक्त किया जा सकता है। भक्ति और आदर के साथ पढ़ने से श्रद्धा का फल निश्चय ही मिलेगा। परन्तु मंत्र के पाठ से जो फल होता वह नहीं मिल सकता।

तपोजन्य सिद्धियां

तप चाहे किसी प्रकार का हो उसमें शरीर और चित्त की वृत्तियों का नियंत्रण होता ही है। इसके परिणामस्वरूप उसी प्रकार सिद्धियों की उपलब्धि हो सकती है जैसे कि आगे चलकर समाधिजन्य सिद्धियों के सम्बन्ध में बतलाया जायगा। सबसे बड़ा तप वह है जो यमों में परिगणित है। इस प्रकार जो सिद्धि प्राप्त होती है उसका वर्णन पतंजलि ने पृथक् पृथक् किया भी है। उदाहरण के लिए, उनका कहना है कि अहिंसा का पूर्ण रूप से अभ्यास होने पर उस साधक की सन्निधि में सब प्राणी वैर त्याग कर देते हैं। यदि शेर और बकरी दोनों एक ही साथ ऐसे व्यक्ति की सन्निधि में आ जायं तो उतनी देर के लिए शेर के चित्त में बकरी पर आघात करने का भाव उदय ही नहीं होगा। इतना ही नहीं इसके कई ऐसे उदाहरण मिलते हैं जो ऐतिहासिक काल में भी ख्याति पा चुके है। इस सम्बन्ध में सेण्ट फ्रांसिस का नाम विशेष रूप से उल्लेखनीय है। जब वह सड़क पर चलते थे तो चिड़ियां झुंड के झुंड में उनके साथ चला करती थीं। एक बार एक नगर को एक भेड़िये ने बहुत तंग कर रखा था। किसी प्रकार कोई शिकारी उसे मार न सका। सेण्ट फ्रांसिस उधर से निकले। लोगों ने उनसे कहा कि आप कोई उपाय कीजिए। वह उस जंगल की ओर जिधर वह रहता था बढ़े। भेड़िया आया। उन्होंने इटली की भाषा में भाई भेड़िया कह कर उसे संबोधित किया। उसने उनको देखा और उनके पैरों पर लेटने लगा। वह उसको अपने साथ नगर में लाये। वहां दो वर्ष तक रहता रहा।

समाधिजन्य सिद्धिया

सिद्धिया म सबसे प्रमुख स्थान समाधिजन्य सिद्धियो का है। मैं इन वर्गों म बाटना चाहता हू। यह वर्गीकरण पुराना नहीं है। परन्तु मुझे इससे वि प्रतिपादन म सुविधा देख पडती है। इन वर्गों के नाम प्रकाशजन्य और काम्य हैं।

(क) प्रकाशजन्य सिद्धिया

प्रकाश से तात्पर्य ज्ञान स है। यो ता प्रत्येक प्राणी मे अनन्त ज्ञान और बीज रूप स विद्यमान है परन्तु अधिकाश लोगा मे वह अनेक आवरणा से ढका है। शरीर का सव्यूहन स्वय बहुत बडा आवरण है। इद्रय और अन्त करण भी की निर्बाध उपलब्धि मे विघ्न डालते हैं यद्यपि नीचे के स्तरो पर इनसे ज्ञान के मे थोडी सी सुविधा भी होती है। और फिर चित्त म भरे हुए सस्कार और उनको क्षण प्रेरित करनेवाली वासनायें—यह सभी प्रकाश के आवरण हैं। जब साधक अ करने म तत्पर होता है तो क्रमश उसके आवरण क्षीण होने लगते हैं। और ज्यो आवरण क्षीण होते हैं त्यो त्यो ज्ञान मे वृद्धि होती है। वस्तुत उसको कहीं से ज्ञान सचय नही करना है, ज्ञान तो उसका स्वरूप ही है, केवल रुकावटो को हटाना जहा ज्ञान है वहा शक्ति है। इसलिए ज्ञान के आवरणो के दूर होने के साथ कर्तृत्व शक्ति पर से बंधन हटने लगते हैं। दूसरे शब्दो म इसको यो कह सकते हैं उसको सिद्धियो की उपलब्धि होने लगती है। इसके लिए उसको प्रयास नहीं क पडता। प्रयास तो केवल आवरणो के क्षय के लिए करना है और यह बात समा से होती ही है। शेष बातें स्वत होती जाती हैं। जब योगी के ज्ञानावरणो का पूर्ण क्षय हो जाता है तो फिर उसके लिए न कुछ अज्ञेय रह जाता है न कुछ अकरणीय। उ अवस्था मे उसके ज्ञान को प्रातिभ ज्ञान कहते हैं और इसके लिए पतजलि ने लिखा है

प्रातिभाद्वा सर्वम् । (३,३२)

अर्थात् जितनी भी सिद्धिया हैं वह सब आप से आप प्रातिभ ज्ञान होने पर साध को प्राप्त हो जाती हैं। ऐसे ही पुरुष के लिए सांख्यदर्शन ने कहा है :

स हि सर्ववित् सर्वकर्ता ।

इस वर्ग की सिद्धियों में एक और विशेषता है। पतंजलि के शब्दों में :

अर्थात् ध्यान से उत्पन्न जो सिद्धि होती है वह अनाशय होती है। पतंजलि ने आशय शब्द का व्यवहार सर्वत्र वासना के अर्थ में किया है। यह जो प्रकाशज सिद्धियां हैं इनके लिए साधक कोई प्रयत्न नहीं करता, न किसी उद्देश्य विशेष को लेकर इनके लिए प्रयत्न करता है। इसीलिए इनका किसी प्रकार की वासना से कोई सम्बन्ध नहीं है। इतना ही नहीं जिस साधक को ऐसी सिद्धियां प्राप्त होंगी वह वासनाओं के ऊपर उठ चुका होगा। इसलिए यदि वह कभी किसी अवस्था में अपनी किसी सिद्धि से काम ले तो वहां भी किसी वासना से प्रेरित होकर ऐसा नहीं करेगा। अतः वासना के फलस्वरूप जो पुण्य पाप जैसे परिणाम होते हैं उनसे वह साधक सदा निर्लिप्त रहेगा।

कोई व्यक्ति सचाई के साथ योग का अभ्यास करे और उसको सिद्धि की प्राप्ति न हो ऐसा नहीं हो सकता। इच्छा हो या न हो सिद्धि तो ज्ञानावरण के हटने से आप से आप प्राप्त होगी ही। मेरा ऐसा दृढ़ विश्वास है कि प्रथम कल्पिक अभ्यासी को भी थोड़े ही दिनों में कुछ सिद्धि का आभास मिलने लगता है। उसे कभी अनायास ही ऐसी बातें ज्ञात हो जाती हैं जिनकी उसको सम्भावना भी नहीं प्रतीत होती थी। कभी उसके शरीर से ऐसे काम हो जाते हैं जिन पर स्वयं उसको आश्चर्य होता है। कुछ कवित्व शक्ति प्रस्फुटित होती है। आरम्भ में उसका उधर ध्यान नहीं जाता और उनको आकस्मिक घटनायें समझकर यों ही टाल जाता है। परन्तु जब ऐसा अनेक बार होता है तो ऐसे अनुभव की उपेक्षा नहीं की जा सकती। ऐसे समय बहुत संभलने की आवश्यकता है। यदि उसकी पीठ पर गुरु का वरद हाथ हो तो और भी अच्छा है, नहीं तो सिद्धियों का प्रलोभन अपने मायाजाल में फंसा कर पतनोन्मुख कर देगा।

(ख) काम्य

कुछ साधक किसी सिद्धि विशेष को प्राप्त करना चाहते हैं। इस कामना को लेकर वह अभ्यास में प्रवृत्त हो जाते हैं। पतंजलि ने ऐसे लोगों के लिए एक ही उपाय बतलाया है। उनको जिस वस्तु की कामना हो उस पर संयम अर्थात् धारणा, ध्यान और समाधि का अभ्यास करना चाहिए। योगदर्शन में बहुत सी काम्य सिद्धियों का चर्चा किया गया है। जिसको इस विषय में अभिरुचि हो वह वहां सविस्तर देख सकता है।

मेरा ऐसा दृढ़ विश्वास है कि योगदर्शन के इस अंश में बहुत सी बातें प्रक्षिप्त हैं। ऐसा विश्वास नहीं होता कि पतंजलि या किसी दूसरे व्यक्ति ने जो योग के विषय को जानता हो ऐसी बातों को लिखा होगा। सम्भावना यह है कि ऐसे सूत्रों पर तथाकथित व्यास भाष्य भी प्रक्षिप्त होगा। वाचस्पति और भोज जब वृत्ति और टीका लिखने बैठे तो

समाधिजन्य सिद्धिया

सिद्धियो म सबसे प्रमुख स्थान समाधिजन्य सिद्धियो का है। मैं इनको दो वर्गों म बाटना चाहता हू। यह वर्गीकरण पुराना नहा है। परन्तु मुझे इससे विषय के प्रतिपादन मे सुविधा देख पडती है। इन वर्गों के नाम प्रकाशजन्य और काम्य हैं।

(क) प्रकाशजन्य सिद्धिया

प्रकाश से तात्पर्य ज्ञान स है। यो तो प्रत्येक प्राणी मे अनन्त ज्ञान और शक्ति बीज रूप से विद्यमान है परन्तु अधिकाश लोगो मे वह अनेक आवरणो से ढका रहता है। शरीर का सव्यूहन स्वय बहुत बडा आवरण है। इद्रिय और अन्त करण भी ज्ञान की निर्बाध उपलब्धि मे विघ्न डालते है यद्यपि नीचे के स्तरो पर इनसे ज्ञान क सग्रह मे थोडी सी सुविधा भी होती है। और फिर चित्त मे भरे हुए सस्कार और उसको प्रति क्षण प्रेरित करनेवाली वासनायें—यह सभी प्रकाश के आवरण है। जब साधक अभ्यास करने मे तत्पर होता है तो क्रमश उसके आवरण क्षीण होने लगते हैं। और ज्यो ज्यों आवरण क्षीण होते हैं त्यो त्यो ज्ञान मे वृद्धि होती है। वस्तुत उसको कहीं से ज्ञान का सचय नही करना है, ज्ञान तो उसका स्वरूप ही है, केवल रुकावटो को हटाना है। जहा ज्ञान है वहा शक्ति है। इसलिए ज्ञान के आवरणो के दूर होने के साथ साथ कर्तृत्व शक्ति पर से बधन हटने लगते हैं। दूसरे शब्दो मे इसको यो कह सकते हैं कि उसको सिद्धियो की उपलब्धि होने लगती है। इसके लिए उसको प्रयास नहा करना पडता। प्रयास तो केवल आवरणो के क्षय के लिए करना है और यह बात समाधि से होती ही है। शेष बातें स्वत होती जाती है। जब योगी के ज्ञानावरणो का पूर्णरूपेण क्षय हो जाता है तो फिर उसके लिए न कुछ अज्ञेय रह जाता है न कुछ अकरणीय। उस अवस्था मे उसके ज्ञान को प्रातिभ ज्ञान कहते हैं और इसके लिए पतजलि ने लिखा है

प्रातिभाद्वा या स्वत सर्वम्। (३,३२)

अर्थात् जितनी भी सिद्धिया हैं वह सब आप से आप प्रातिभ ज्ञान होने पर साधक को प्राप्त हो जाती हैं। ऐसे ही पुरुष के लिए साख्यदर्शन ने कहा है'

स हि सर्ववित् सर्वकर्ता।

इस वर्ग की सिद्धियो में एक और विशेषता है। पतजलि के शब्दो में :

तत्र ध्यानजमनाशयम्। (४,६)

अर्थात् ध्यान से उत्पन्न जो सिद्धि होती है वह अनाशय होती है। पतंजलि ने आशय शब्द का व्यवहार सर्वत्र वासना के अर्थ में किया है। यह जो प्रकाशज सिद्धियां हैं इनके लिए साधक कोई प्रयत्न नहीं करता, न किसी उद्देश्य विशेष को लेकर इनके लिए प्रयत्न करता है। इसीलिए इनका किसी प्रकार की वासना से कोई सम्बन्ध नहीं है। इतना ही नहीं जिस साधक को ऐसी सिद्धियां प्राप्त होंगी वह वासनाओं के ऊपर उठ चुका होगा। इसलिए यदि वह कभी किसी अवस्था में अपनी किसी सिद्धि से काम ले तो वहां भी किसी वासना से प्रेरित होकर ऐसा नहीं करेगा। अतः वासना के फलस्वरूप जो पुण्य पाप जैसे परिणाम होते हैं उनसे वह साधक सदा निर्लिप्त रहेगा।

कोई व्यक्ति सचाई के साथ योग का अभ्यास करे और उसको सिद्धि की प्राप्ति न हो ऐसा नहीं हो सकता। इच्छा हो या न हो सिद्धि तो आवरण के हटने से आप से आप प्राप्त होगी ही। मेरा ऐसा दृढ़ विश्वास है कि प्रथम कल्पिक अभ्यासी को भी थोड़े ही दिनों में कुछ सिद्धि का आभास मिलने लगता है। उसे कभी अनायास हो ऐसी बातें ज्ञात हो जाती हैं जिनकी उसको सम्भावना भी नहीं प्रतीत होती थी। कभी उसके शरीर से ऐसे काम हो जाते हैं जिन पर स्वयं उसको आश्चर्य होता है। कुछ कवित्व शक्ति प्रस्फुटित होती है। आरम्भ में उसका उधर ध्यान नहीं जाता और उनको आकस्मिक घटनायें समझकर यों ही टाल जाता है। परन्तु जब ऐसा अनेक बार होता है तो ऐसे अनुभव की उपेक्षा नहीं की जा सकती। ऐसे समय बहुत संभलने की आवश्यकता है। यदि उसकी पीठ पर गुरु का वरद हाथ हो तो और भी अच्छा है, नहीं तो सिद्धियों का प्रलोभन अपने मायाजाल में फंसा कर पतनोन्मुख कर देगा।

(ख) काम्य

कुछ साधक किसी सिद्धि विशेष को प्राप्त करना चाहते हैं। इस कामना को लेकर वह अभ्यास में प्रवृत्त हो जाते हैं। पतंजलि ने ऐसे लोगों के लिए एक ही उपाय बतलाया है। उनको जिस वस्तु की कामना हो उस पर संयम अर्थात् धारणा, ध्यान और समाधि का अभ्यास करना चाहिए। योगदर्शन में बहुत सी काम्य सिद्धियों का चर्चा किया गया है। जिसको इस विषय में अभिरुचि हो वह वहां सविस्तर देख सकता है।

मेरा ऐसा दृढ़ विश्वास है कि योगदर्शन के इस अंश में बहुत सी बातें प्रक्षिप्त हैं। ऐसा विश्वास नहीं होता कि पतंजलि या किसी दूसरे व्यक्ति ने जो योग के विषय को जानता हो ऐसी बातों को लिखा होगा। सम्भावना यह है कि ऐसे सूत्रों पर तथाकथित व्यास भाष्य भी प्रक्षिप्त होगा। वाचस्पति और भोज जब वृत्ति और टीका ...
हां इनके समय तक ...

स्वीकार करके इनके सम्बन्ध म चार शब्द लिखने के सिवाय प्राय और कोई उपाय नहीं रह गया था। ऐसे सूत्र योगशास्त्र और योगदर्शन को हास्यास्पद और निन्दास्पद बनाते हैं। मैं इस बात के दो तीन उदाहरण दूगा। एक सूत्र है

भुवनज्ञानं सूर्ये सयमात् । (३,२५)

सूर्य पर सयम करने से भुवनो का ज्ञान होता है।

स्वभावत यह जानने की इच्छा होती है कि इस प्रकार से सयम करने से भुवनो का क्या ज्ञान प्राप्त होता है। किसी ने कुछ ज्ञान प्राप्त करके कही उसका चर्चा किया है या नहीं ? इस शका का समाधान व्यास के भाष्य मे बडे विस्तार से दिया गया है। यह बात इतनी रोचक है कि मैं भाष्य का पूरा अनुवाद दिये देता हू।

"भूमि आदि सात लोक, अवीचि आदि सात महानरक तथा महातल आदि सात पाताल, यह भुवन पद का अर्थ है। इनका विन्यास इस प्रकार है कि अवीचि से सुमेरु के पृष्ठ पर्यन्त जो लोक है वह भूलोक है और सुमेरु पृष्ठ से ध्रुव तारे पर्यन्त जो ग्रह, नक्षत्र तारों से चित्रित लोक है वह अन्तरिक्ष लोक है। इससे परे पाच प्रकार के स्वर्ग लोक हैं। उनमें भूलोक और अन्तरिक्ष लोक से परे जो तीसरा स्वर्गलोक है वह माहेन्द्र लोक कहलाता है। चौथा जो महर्लोक है वह प्राजापत्य स्वर्ग कहलाता है। इससे आगे जो जन लोक, तप लोक और सत्यलोक नाम के तीन स्वर्ग हैं, वे तीनो ब्रह्मलोक कहे जाते हैं। इन सब लोको का नाम सकीर्तन निम्न श्लोक मे है

ब्राह्मस्त्रिभूमिको लोक प्राजापत्यस्ततो महान् ।
माहेन्द्रश्च स्वरित्युक्तो, दिवि तारा भुवि प्रजा ॥

तीन ब्रह्म लोक हैं, उनसे नीचे महा नाम का प्राजापत्यलोक हैं। उनसे नीचे स्व नामका माहेन्द्र लोक है, उनसे नीचे अन्तरिक्ष मे भुव नामक तारा लोक है, उससे नीचे प्रजा अर्थात् मनुष्यों का लोक—भूर्लोक है।

जिस प्रकार पृथिवी के ऊपर छ और लोक हैं इसी प्रकार पृथिवी से नीचे चौदह और लोक हैं, उनमे सबसे नीचा अवीचि नरक है। उसके ऊपर महाकाल नरक है जो मिट्टी, ककड, पाषाणादि से युक्त है। उसके ऊपर अम्बरीष नरक है जो जलपूरित है। उसके ऊपर रौरव नरक है जो अग्नि से भरा हुआ है। उसके ऊपर महारौरव नरक है जो वायु से भरा हुआ है। उसके ऊपर महासूत्र नरक है जो अदर से खाली है। उसके ऊपर अन्धतामिस्र नरक है जो अन्धकार से व्याप्त है। इन नरका मे वही पुरुष दुख देने वाली दीर्घ आयु को प्राप्त होते हैं जिनको अपने किये हुए पाप कर्मों का दुख भोगना

होता है। इन नरकों के साथ महातल, रसातल, अतल, सुतल, वितल, तलातल, पाताल —ये सात पाताल हैं। आठवीं इनके ऊपर यह भूमि है जिसको वसुमति कहते हैं, जो सात द्वीपों में युक्त है, जिसके मध्य भाग में सुवर्णमय पर्वतराज सुमेरु विराजमान है। उस सुमेरु पर्वतराज की चारों दिशाओं में चार शृंग हैं। उनमें जो पूर्व दिशा में शृंग है वह रजतमय है, दक्षिण दिशा में जो शृंग है वह वैदूर्य मणिमय है, जो पश्चिम दिशा में शृंग है वह स्फटिक मणिमय और जो उत्तर दिशा में शृंग है वह सुवर्णमय है। वहां वैदूर्य मणि की प्रभा के सम्बन्ध से सुमेरु के दक्षिण भाग में स्थित आकाश का वर्ण नीलकमल के पत्र के सदृश श्याम है। पूर्व भाग में स्थित आकाश श्वेत वर्ण है। पश्चिम भाग में स्थित आकाश स्वच्छ वर्ण है। और उत्तर भाग में स्थित आकाश पीत वर्ण है। अर्थात् जैसे वर्णवाला जिस दिशा का शृंग है वैसे ही वर्णवाला उस दिशा में स्थित आकाश का भाग है। इस सुमेरु पर्वत के ऊपर उसके दक्षिण भाग में जम्बू वृक्ष है जिसके नाम से इस द्वीप का नाम जम्बू द्वीप पड़ा है।

इस सुमेरु के चारों ओर सूर्य भ्रमण करता है जिससे यह सर्वदा दिन और रात से संयुक्त रहता है। सुमेरु की उत्तर दिशा में नील, श्वेत और शृंगवान् नाम वाले तीन पर्वत विद्यमान हैं जिनका विस्तार दो दो हजार वर्ग योजन है। इन पर्वतों के बीच में जो अवकाश, नामक तीन वर्ष हैं जो नौ नौ हजार वर्ग योजन विस्तारवाले हैं नीलगिरि के उत्तर में रमणक है। पद्मपुराण में इसे रम्यक कहा है। श्वेतगिरि के उत्तर में हिरण्मय है। और दक्षिण भाग में तीन पर्वत निषध, हेमकूट, हिमशैल दो दो हजार वर्ग योजन विस्तार वाले तीन वर्ष, हरिवर्ष, किंपुरुष और भारत विद्यमान हैं। सुमेरु की पूर्व दिशा में सुमेरु से संयुक्त माल्यवान् पर्वत है। माल्यवान् से लेकर पूर्व की ओर समुद्र-पर्यन्त भद्राश्व नामक प्रदेश हैं। सुमेरु के पश्चिम में केतुमाल और गन्धमादन देश हैं। और केतुमाल तथा भद्राश्व के बीच के वर्ष का नाम इलावृत है।

पचास हजार वर्ग योजन विस्तारवाले देश में सुमेरु विराजमान है और सुमेरु के चारों ओर पचास हजार वर्ग योजन विस्तारवाला देश है। इस प्रकार सम्पूर्ण जम्बूद्वीप का परिमाण सौ हजार वर्ग योजन है। इस परिमाण वाला जम्बूद्वीप अपने से दुगुने परि-माणवाले वलयाकार क्षार समुद्र से वेष्टित है। जम्बू द्वीप से आगे दुगुने परिमाणवाला शाकद्वीप है, जो अपने से दुगुने परिमाणवाले वलयाकार इक्षुरस के समुद्र से वेष्टित है। इससे आगे इससे दुगुने परिमाणवाला कुश द्वीप है जो अपने से दुगुने परिमाणवाले वलयाकार मदिरा के समुद्र से वेष्टित है। इससे आगे दुगुने विस्तारवाला क्रौंच द्वीप है जो अपने से दुगुने परिमाणवाले वलयाकार घृत के समुद्र से वेष्टित है। इससे आगे दुगुने परिमाणवाला शाल्मलि द्वीप है जो अपने से दुगुने परिमाणवाले वलयाकार दधि

के समुद्र से वेष्टित है। इससे आगे दुगुने परिमाणवाला मगध द्वीप है जो अपने से दुगुने परिमाणवाले वलयाकार क्षीर के समुद्र से वेष्टित है। इससे आगे दुगुने विस्तारवाला पुष्कर द्वीप है, जो अपने से दुगुने विस्तारवाले वलयाकार मिष्ट जल के समुद्र से वेष्टित है। इन सातो द्वीपो से आगे लोकाऽलोक पर्वत है। इस लोकाऽलोक पर्वत से परिवृत जो सात समुद्रसहित द्वीप है वे सब मिलकर पचास कोटि वर्ग योजन विस्तारवाले हैं। यह लोकाऽलोक पर्वत से परिवृत विश्वम्भरा मडल है वह सब ब्रह्माड के अन्तर्गत सक्षिप्त रूप से वर्तमान है और यह ब्रह्माड प्रधान का एक सूक्ष्म अवयव है क्योकि जैसे आकाश के एक अति अल्प देश मे खद्योत विराजमान होता है वैसे ही प्रधान के अति अल्प देश मे यह सारा ब्रह्माड विराजमान है।

इन सब पाताल, समुद्र और पर्वतो मे असुर, गन्धर्व, किनर, किपुरुष, यक्ष, राक्षस भूत, प्रेत, पिशाच, अपस्मारक, अप्सराए, ब्रह्मराक्षस, कूष्माड, विनायक नामवाले देवयोनि विशेष निवास करते हैं। सुमेरु पर्वत देवताओ की उद्यान भूमि है, वहा पर मिश्र वन, नन्दन वन चैत्ररथ वन, सुमानस वन—चार वन हैं। सुमेरु के ऊपर सुधर्मा नामक देव सभा है, सुदर्शन नामक पुर है और वैजयन्त नामक प्रासाद है। यह सब पूर्वोक्त भूर्लोक कहा जाता है। इसके ऊपर अन्तरिक्ष लोक है, जिसमे ग्रह, नक्षत्र तारका, भ्रमण करते हैं। यह सब ग्रह, नक्षत्र आदि ध्रुव नामक ज्योति के साथ, वायु रूप रज्जु से बांधे हुए वायु के नियत सचार से लब्ध सचार वाले होकर, ध्रुव के चारों ओर भ्रमण करते हैं। ध्रुवसज्ञक ज्योति मेढिकाष्ठ के सदृश निश्चल है। इसके ऊपर स्वर्गलोक है जिसको माहेन्द्र लोक कहते है। माहेन्द्र लोक म त्रिदश, अग्निष्वात्त याम्य, तुषित, अपरिनिर्मित वशवर्ती, परिनिर्मित वशवर्ती—ये छ देव योनि विशेष निवास करते है। ये सब देवता सकल्पसिद्ध अणिमादि ऐश्वर्य सम्पन्न और कल्पायुषवाले तथा वृन्दारक कामभोगी और औपपादिक देहवाले हैं, और उत्तम अनुकूल अप्सराए इनकी स्त्रियां हैं।

इस स्वर्गलोक से आगे महान् नाम स्वर्ग विशेष है, जिसको महर्लोक तथा प्राजापत्यलोक कहते है। इसमे कुमुद, ऋभु, प्रतर्दन, अजनाभ, प्रचिताभ—ये पाच प्रकार के देवयोनि विशेष वास करते हैं। ये सब देवविशेष महाभूतवशी और ध्यानाहार तथा सहस्र कल्प आयुवाले हैं। महर्लोक से आगे जन लोक है जिसको प्रथम ब्रह्मलोक कहते हैं। जन लोक मे ब्रह्मपुरोहित, ब्रह्मकायिक, ब्रह्ममहाकायिक और अमर—ये चार प्रकार के देवयोनि विशेष निवास करते हैं। ये भूत तथा इन्द्रियो का स्वाधीन करणशील है। जन लोक से आगे तप लोक है जिसको द्वितीय ब्रह्मलोक कहते हैं। तपोलोक मे आभास्वर, महाभास्वर, सत्य महाभास्वर—ये तीन प्रकार के देवयोनि विशेष निवास करते हैं, जो भूत, इन्द्रिय, प्रकृति इन तीनो को स्वाधीन करणशील हैं और पूर्व

से उत्तर उत्तर दुगुने दुगुने आयु वाले हैं। ये सभी ध्यानाहार ऊर्ध्वरेतस हैं। ये ऊर्ध्व—सत्यादि लोक में अप्रतिहत ज्ञानवाले और अवर अवीचि आदि लोक में अनावृत ज्ञानवाले अर्थात् सब लोकों को यथार्थरूप से जानने वाले हैं। तपोलोक से आगे सत्यलोक है जिसको तृतीय ब्रह्मलोक कहते हैं। इस मुख्य ब्रह्मलोक में अच्युत, शुद्ध निवास, सत्याम, संज्ञासंज्ञी—ये चार प्रकार के देवता विशेष निवास करते हैं। ये अकृत भवन-न्यास होने से स्वप्रतिष्ठित हैं और यथाक्रम से ऊंची ऊंची स्थितिवाले हैं। ये प्रधान को स्वाधीन करणशील और पूरे सर्ग वायु वाले हैं। अच्युत नामक देव विशेष सवितर्क ध्यानजन्य सुख भोगनेवाले हैं, शुद्धनिवास सविचार ध्यान से तृप्त हैं। इस प्रकार ये सभी सम्प्रज्ञात निष्ठ हैं। ये सब मुक्त नहीं हैं, किन्तु त्रिलोकी के मध्य में ही प्रतिष्ठित हैं। इन पूर्वोक्त सातों लोकों को ही परमार्थ से ब्रह्मलोक जानना चाहिए।"

कई पुराणों में न्यूनाधिक इसी प्रकार के वर्णन मिलते हैं। ऐसे भी लोग होंगे जो इन बातों को यथालिखित सत्य मान लेंगे। यदि उनसे यह प्रश्न किया जाय कि यह सब भुवन कहां हैं तो उनका सीधा उत्तर यह होगा कि इनका दर्शन चर्म चक्षुओं से नहीं हो सकता। कोई भाग्यवान साधक ही उनको देख सकता है। परन्तु किसी समझ-दार जिज्ञासु को ऐसे उत्तर से परितोष नहीं हो सकता। और कुछ न सही पर यह भूर्लोक तो चर्मचक्षुओं से देख पड़ना ही चाहिए। इस सम्बन्ध में कुछ शंकायें उठती हैं। भूर्लोक पृथिवी का ही नाम है या उसमें पृथिवी के अतिरिक्त भी कुछ है? पृथिवी से नीचे नरकों और पातालों की स्थिति बतायी गयी है और उससे ऊपर स्वर्ग आदि की। तब यह देख पड़ने वाले ग्रह नक्षत्र आदि स्वर्ग और नरक से सम्बद्ध हैं या असम्बद्ध? यह जो करोड़ों तारे हमको देख पड़ते हैं यह पृथिवी पर तो हैं नहीं और न सोमाविष्ठित भुवर्लोक में हैं। फिर यह कहां हैं? जम्बू द्वीप किसको कहते हैं? वह जम्बू (जामुन) का पेड़ कहां है जिसके कारण इसका नामकरण हुआ है? वह सुमेरु पर्वत कहां है जिसके दोनों पार्श्वों में पचास पचास हजार योजन तक जम्बू द्वीप का विस्तार है? यह ध्यान में रहे कि पचास हजार योजन का अर्थ हुआ दो लाख कोस। जो बात प्रत्यक्ष से विरुद्ध है वह अमान्य है। जैसा कि एक जगह श्री शंकराचार्य ने उपनिषद् भाष्य में कहा है: यदि सौ वेद मंत्र भी यह कहें कि सूर्य ठंडा और अन्धेरा है तो उनका ऐसा कहना अमान्य होगा। भूर्लोक का हमको सुगमता से प्रत्यक्ष ज्ञान हो सकता है। जब उसके सम्बन्ध में भी ऐसी अनर्गल बातें लिखी हैं तो शेष बातों को प्रामाणिक मानना सम्भव नहीं है।

ऐसी दशा में यही कहना पड़ता है कि या तो सूर्य पर संयम करने से भुवन ज्ञान नहीं होता या ऊपर जो कुछ लिखा गया है किसी अयोगी की कपोल कल्पना है। पुराण-कारों ने तथोक्त योगियों के ऐसे कथनों को अविकल अपना लिया या योग की प्रक्रियों

मे पुराणो की अप्रामाणिक बातें ज्यों की त्यों अवतरित कर ली गयी, यह कहना कठिन है। इसी से मिलता जुलता एक और सूत्र है :

चन्द्रे ताराव्यूहज्ञानम् । (३,२६)

चन्द्रमा पर संयम करने से तारा व्यूह का ज्ञान होता है।

क्या ज्ञान होता है, यह बतलाया नही गया, इसलिए यह कहना सम्भव नहीं है कि इस सूत्र के रचयिता के सामने कौन सी बातें थी और वह कहा तक ज्योतिष के वर्तमान ज्ञान से मेल खाती हैं। परन्तु इस जानकारी के अभाव मे भी हम बिना किसी सकोच के यह कह सकते हैं कि इस सूत्र का कोई यथोचित आधार नही है। चन्द्रमा जिस कक्ष मे २७½ दिनो मे पृथिवी की परिक्रमा करता है उस कक्ष पर तारो के कुछ पुंज देख पडते हैं जिनको नक्षत्र कहते हैं। चन्द्रमा नक्षत्रो मे से होता हुआ पृथिवी की परिक्रमा करता देख पडता है। परन्तु इतना तो ज्योतिष के प्रारम्भिक छात्र को भी जानना चाहिए कि यह तारक पुंज चन्द्रमा से अरबों कोस दूर है। जिस मार्ग से चन्द्रमा चलता है उसके पीछे की ओर होने से ऐसा प्रतीत होता है कि चन्द्रमा इनमे से होकर जाता है। और फिर उन तारो की संख्या जो राशियो और नक्षत्रो के अंग हैं बहुत थोडी है। इस विश्व मे जितने तारे हैं उनमे से अधिकाश का चन्द्रमा के मार्ग से कोई दूर का भी सम्बन्ध नहीं है। विश्व म करोडो नीहारिकाए हैं। एक एक नीहारिका मे करोड़ो तारे है। जिस नीहारिका मे हमारा सूर्य है उसको आकाश गगा कहते हैं। सूर्य की गणना छोटे तारो मे है। फिर भी उसके साथ कई ग्रह हैं। इन ग्रहो मे एक छोटा सा ग्रह पृथिवी है। परिचर की भाति चन्द्रमा पृथिवी की परिक्रमा करता है। इस बेचारे छोटे से पिण्ड की इतनी मर्यादा नही है कि इस तारक सकुल विश्व के विशाल पिण्डो की गतिविधि को प्रभावित कर सके। जब इस सूत्र की रचना हुई थी तब लोगो को इस बात का ज्ञान नही था कि इस विश्व मे करोड़ो सूर्य है जिनमे हमारा सूर्य बहुत छोटा है। उस समय यह धारणा थी कि इस ब्रह्माड के ठीक मध्य मे पृथिवी निराधार टिकी हुई है। शेष पिण्ड प्रवह वायु के सहारे चलते रहते हैं। उस समय के ज्योतिषी को भी इस बात का परिचय नहीं था कि कई दूसरे ग्रह पिण्डो का विस्तार पृथिवी के समान परन्तु उससे भी बड़ा है। ऐसे अपूर्ण अज्ञान के पर्यावरण मे जो कल्पना की जायगी वह स्वभावत: ज्ञान की भूमिका मे हास्यास्पद प्रतीत होगी।

एक और सूत्र है जिसने अपने को विवाद का केन्द्र बना लिया है। इस सूत्र में कहा गया है :

निर्माणचित्तान्यस्मितामात्रात् । (४,४)

यहां इस प्रश्न पर विचार किया गया है कि योगी अपनी सिद्धिशक्ति के द्वारा जिन बहुत से शरीरों को बनाता है उनमें जो चित्त होते हैं वह स्वतंत्र रूप से काम करते हैं या किसी एक चित्त के अधीन रहते हैं। योगी के बनाये हुए शरीर को निर्माणकाय और निर्माणकाय में व्यापार करनेवाले चित्त को निर्माण चित्त की संज्ञा दी गयी है। यह सब चित्त किस प्रकार काम करते हैं इसमें मुझे विशेष अभिरुचि नहीं है। प्रश्न यह है कि निर्माणकाय होते या हो सकते भी हैं या नहीं। मैं ऐसा मानने को तैयार हूं कि कोई योगीश्वर यदि चाहे तो मनुष्य जैसा शरीर बनाकर खड़ा कर सकता है। महाभूतों के परमाणु जो विश्व में सर्वत्र बिखरे पड़े हैं उनमें से कुछ को अपनी इच्छा मात्र से संहत कर देना असम्भव बात नहीं है। पर यहां उस प्रकार की रचना का चर्चा नहीं है। ऐसा माना जाता है कि अपने पुराने संस्कारों के फलों को भोग लेने की इच्छा से योगी बहुत से शरीरों का निर्माण करता है, जिनके द्वारा युगपत् सुख, दुःख, आदि भोग लेता है। वस्तुतः यह असम्भव है। कहावत है कि एक हाथ से ताली नहीं बजती। भोग भी प्रायः एक शरीर से नहीं हुआ करता। दाता के लिए आदाता, पति के लिए पत्नी, पिता के लिए पुत्र होना चाहिए। कम से कम दो व्यक्ति हों तब मैत्री या शत्रुता का भी होना सम्भव है। और फिर सब संस्कार एक ही साथ परिपक्व नहीं होते। उनमें से जितने फल देने की स्थिति में होते हैं वह व्यक्ति के साथ प्रारब्ध के रूप में जन्म लेते हैं। प्रारब्ध वशात् एक ही शरीर में सैकड़ों व्यक्तियों से सम्पर्क स्थापित करना पड़ता है। तब फिर यदि कई जन्मों के संस्कारों को एक साथ भोगना है तो फिर सहस्रों शरीर तो उस योगी के चाहिए और उसके साथ व्यवहार करने के लिए सहस्रों दूसरे शरीर चाहिये। इतने सहस्रों मनुष्यों के पुराने जन्मों के लाखों संस्कार परिपक्व होने चाहिए। यह कल्पना कष्टप्रद है। व्यवहार में ऐसा नहीं हो सकता।

मुझको ऐसा प्रतीत होता है कि इस सूत्र का तथा इससे सम्बन्धित जो एक दो और सूत्र हैं उनकी भी रचना घोर शंका से ग्रस्त किसी व्यक्ति ने की है। उसके मन में यह प्रश्न उठा होगा कि योगी तो कैवल्य प्राप्त करके बंधनों से छुट्टी पा जायगा परन्तु उसने जो संचित कर्मों का बहुत बड़ा भंडार एकत्र कर रखा है उसका क्या होगा? यदि उनका भोग नहीं होता तो कृतहानि दोष लगता है। और फिर श्रुति कहती है:

> यावन्न क्षीयेत कर्म, शुभं वाशुभमेव वा।
> तावन्न जायते मोक्षो, नृणां कल्पशतैरपि॥

जब तक शुभ और अशुभ कर्मों का क्षय नहीं होता तब तक मनुष्यों को सैकड़ों कल्पों में भी मोक्ष नहीं होता। जगत् सत्य मानने वाले उस जिज्ञासु को विवश होकर निर्माणकायों

कर सकते हैं। उनका विश्वास है कि यह लोक अपने प्रतीयमान रूप से मिथ्या है। इसमे जो नानात्व देख पड़ता है वह अध्यास मात्र है। जो कर्म करता है और जिसके साथ कर्म किया जाता है दोनो ही भ्रान्ति के शिकार हैं।

य एनं वेत्ति हन्तारं, यश्चैनं मन्यते हतम्।
उभौ तौ न विजानीतो, नाऽयं हन्ति न हन्यते ॥

जो अपने को मारनेवाला समझता है और जो समझता है कि मैं मारा गया, वह दोनो नासमझ हैं न यह आत्मा मारता है न मारा जाता है। ज्ञानी पुरुष के लिए न कर्म का बन्धन है न संस्कार का। न उसके लिए अतीत का कोई अर्थ है न अनागत का। जब तक कोई मनुष्य अज्ञान के वश मे है तब तक कर्मों के संस्कार उसको बांध सकते हैं। ज्ञान की आग कर्मों और संस्कारो को भस्म कर देती है। अतीत के फलो को भोगने का प्रश्न उपस्थित होता ही नही। ऐसी अवस्था म निर्माणकाय की कष्टकल्पना करना व्यर्थ है।

यह जो दो तीन उदाहरण दिये गये है वह इस बात को स्पष्ट सिद्ध करते है कि योगदर्शन के इस भाग मे बहुत कुछ सामग्री प्रक्षिप्त कर दी गया है। जो प्रक्षिप्त नहीं भी है उसके सम्बन्ध मे भी यही कहना है कि सिद्धियो के पीछे दौडना, समय और शक्ति को नष्ट करना है। यह मनुष्य शरीर बडे भाग्य से मिलता है। इसका यही फल है, मनुष्य का यही परम पुरुषार्थ है, कि इसका उपयोग उस परा विद्या के उपार्जन मे, परम ज्ञान के प्राप्त करने मे किया जाय जिसे इसके पहले प्रातिभ के नाम से इंगित किया गया है। इसके सम्बन्ध मे कहा गया है

तारकं सर्वविषयं सर्वथाविषयम् अक्रमम् ।

यह ज्ञान तारक है अर्थात् किसी के उपदेश या आदश की अपेक्षा नहीं करता। अपनी बुद्धि म आपसे आप उत्थित होता है। इसको प्राप्त करने के लिए किसी आयास की आवश्यकता नही होता। यह सर्वविषय है, ऐसा स्थूल और सूक्ष्म कोई विषय नहीं है जो इसकी परिधि के बाहर हो। इसके साथ ही यह सर्वथा विषय है, अर्थात् काल के बंधन से मुक्त है। अतीत वर्तमान और अनागत मे जो कुछ भी है वह सब इसके प्रकाश म आ जाता है। और अक्रम है। साधारणतया किसी भी विषय के ज्ञान को प्राप्त करने मे किसी न किसी क्रम का अनुसरण करना होता है। अनुसंधान और उपलब्धि के बीच मे अन्तर होता है। समाधि से उत्पन्न होनेवाली काम्य सिद्धियो के लिए भी धारणा ध्यान और समाधि के क्रम का पालन करना होता है। परन्तु यह ज्ञान अक्रम है, तत्काल प्राप्त होता है।

योगीश्वरो की कृपा से यह प्रज्ञा सबको प्राप्त हो।

अध्याय २१

योग और हम

पुस्तक समाप्त हुई, हमारे कल्पनासृष्ट साधक की आध्यात्मिक यात्रा भी समाप्त हुई। हमने पहले उसको मुमुक्षु अवस्था में विह्वल जिज्ञासु के रूप में अविद्या जाल से बाहर निकलने का मार्ग ढूंढ़ते देखा था। सौभाग्य से उससे सद्गुरुसे भेंट हुई, विह्वलता दूर हुई, डूबते को सुदृढ़ नाव मिली, सत्संग में बैठने लगा, धीरे धीरे चित्त के कषाय धुलने लगे। मनुष्य था, भूलें हुईं परन्तु संभलता गया, गुरु उसे हाथ पकड़कर सहारा देते गये। हमारे सामने वह लोक में सुख, समृद्धि और धर्म प्रतिष्ठा के लिए यत्न करता और अन्याय और अधर्म से संघर्ष करता कर्मयोगी के रूप में आया और फिर प्रोपितपतिका विरहिणी के रूप में भक्तिरस में डूबा देख पड़ा। विरह वेदना के साथ ही यह विश्वास भी था कि मिलन की वेला भी दूर नहीं है।

अभिसार पर निकला और प्राणायाम का कंटकाकीर्ण पथ पार किया, फिर धारणा की प्रान्तभूमि देख पड़ी पर उसमें प्रवेश करने के कई मार्ग थे। किसको अपनाया जाय। देर तक उलझन में नहीं पड़ना पड़ा। गुरु ने उसकी सुरति को शब्द की डोर पकड़ा दी। क्या डोर थी। कबीर के शब्दों में "मकर तार गहि शब्द निरन्तर सुरत बांध जैसे चढ़त नटा"। मकड़ी के तार के समान झीनी डोर को पकड़ कर नट की भांति लंबे बांस के ऊपर चढ़ता था। डोर पतली थी परन्तु बहुत ही पुष्ट फिर भी थोड़ी सी अनवधानता हुई और टूटी। गुरु के वरद हाथ की शीतल छाया में बड़ी आल्हादकारी यात्रा हुई। बड़े ही आश्चर्यजनक अनुभव हुए। किस इन्द्रिय का कौन सा विषय था, इसका तो भेद जैसे मिट सा गया। इस विश्व में इतना सौन्दर्य है, इसका पहले कभी अनुमान भी नहीं किया जा सकता था। कैसे कैसे लोक, कैसे कैसे उनके निवासी। अस्तु, इस सौन्दर्यानुभूति में पतन के कई स्थल थे सबसे बड़ा भयस्थान यही था कि चित्त उसमें इतना मुग्ध हो जाय कि आगे बढ़ना ही न चाहे। गुरु कृपा से यह मंजिल भी पूरी हुई और वह स्थान पहुंचा जिसे असम्प्रज्ञात समाधि कहते हैं।

पाठकों ने देखा होगा कि इस जगह पर पहुंच कर मेरी लेखनी जैसे रुक गयी। वर्णन की जगह शास्त्रार्थ और विवाद को मिल गयी। निरोध हो सकता है या नहीं यदि

हो सकता है तो उसके बाद ही मृत्यु क्यो नही हो जाती ? यदि नही होती, तो असम्प्रज्ञात समाधि मे चित्त की क्या अवस्था होती है और साधक को क्या अनुभव होता है ? यह सब प्रश्न छिड गये और उनके सबध मे ऐसे स्पष्ट और अश्लिष्ट उत्तर नहीं दिये गये जो अपनी समझ मे अन्तिम निर्णायक हो ।

मैं समझता हू कि यह विषय ऐसा है कि इसके सम्बन्ध मे थोडा सा विचार विमर्श हो जाना अच्छा ही हुआ । यो साधक किसी प्रकार के भ्रम या शका जाल मे नही पडा । उसको जो अनुभव हुआ वह वैसा ही तो नही था जैसा कि योगदर्शन को पढकर प्रतीक्षित हो सकता था परन्तु जैसा कुछ भी था उसका वर्णन कैसे किया जाय । तर्क भी उसका समर्थन करता था परन्तु उसका स्वरूप नही बतला सकता था । बुद्धि मे उसको ग्रहण करने की क्षमता नही थी ।

एक बात तो स्पष्ट, असन्दिग्ध है । चित्त निरुद्ध नही हुआ था । एकाग्रता की जो सम्भव पराकाष्ठा हो सकती थी वहा विश्राम कर रहा था । प्रत्येक क्षण का प्रत्यय अपने पूर्ववर्ती और परवर्ती प्रत्यय के तुल्य था, आत्मा की अपनी सत्ता की अनुभूति का जो प्रवाह है वह काल प्रवाह है, उसका अणुतम अशक्षण है । इस प्रवाह का रूप है अस्मि-अस्मि, मैं हू—मैं हू । इस जगह पहुचकर आत्मा की प्राज्ञ सज्ञा होती है, वह परमात्मा से अभिन्न तो है और सदा था ही, अपने अभेद की प्रतीति भी होती है । परमात्मा माया-शबल ब्रह्म, माया के झीने पर्दे की आड मे ब्रह्म है । योगदर्शन के शब्दो मे अस्मिता के मूल मे अविद्या रहती है । तभी तो शुद्ध ब्रह्म के समान चिन्मात्र न होकर परमात्मा चेतन होता है । अपने आप को जानता है । परन्तु "जानना" क्रिया का सामान्यत भाषा मे जैसा व्यवहार होता है वह यहा लागू नही होता तब होता है जब ज्ञाता, ज्ञान, ज्ञेय, की त्रिपुटी हो । जहाँ ज्ञाता और ज्ञेय पय एक हो जाय वहाँ क्या कहें ? याज्ञवल्क्य के शब्दो मे विज्ञातारमरे केन विजानीयात्—जाननेवाले को किस साधन से जाने ? साधक की आत्मा को अपनी सत्ता का जो भान होता है उसके लिए जानना कहना उचित नही प्रतीत होता और जानने के सिवाय कोई दूसरा क्रियापद है नही । विलक्षण ज्ञानमय अनुभव था ।

यह तो अनुभव हुआ । तर्क भी इसका समर्थन करता है यदि 'असद्वा इदमग्र आसीत्' —इस जगत् मे आदि असत् रहा होता तो अन्त मे भी असत् ही अवशिष्ट रहता । अविद्या के कारण और जो कुछ प्रतीत हो रहा था वह सब नष्ट हो जाता । चेतोव्यापार के लिए कोई सामग्री न रहने से चित्त निरुद्ध होना ही और फिर तथोक्त आत्मा की मिथ्या प्रतीति भी नष्ट हो जाती, निर्वाण हो जाता, सत्ता का दीपक बुझ जाता । परन्तु वस्तुत 'सद्वा इदमग्र आसीत्"—जगत् के आदि मे सत् था, जिसको ब्रह्म कहते है । अत अविद्या के कारण जो कुछ प्रतीत होता है उस सब के नष्ट होने पर भी सत् ही अवशिष्ट रह जायगा ।

हृ या ब्रह्म रहेगा, माया के पर्दे से भी ब्रह्म झांकता होगा एकाग्र होकर चित्त निरुद्ध हीं होगा, शून्यवत् नहीं होगा। यह विश्वचित्त हिरण्यगर्भ से तदात्म होकर अक्रम, सर्व-विषय, सर्वथा विषय, हो जायगा। दीपनिर्वाण की भांति अस्म सत्ता का निर्वाण नहीं होना आत्मज्योति को निवात स्थल की दीपशिखा की भांति निश्चल होकर अपने प्रकाश अपने को आलोकित करना है इसलिए समाधि की यह सर्वोच्च भूमिका ज्ञानमय होनी चाहिए। तर्क ऐसा कहता है और ऐसा ही हुआ भी साधक ने निर्वाण या कैवल्य नहीं, मोक्ष—अज्ञान के पाश से छुटकारा—पाया। जिस ज्ञान और शक्ति का उसमें उदय हुआ वह, ऊपर से उपार्जित नहीं किया गया, उसमें आप ही विद्यमान था, मैल घुल जाने से स्वर्णिम विग्रह निखर आया।

यह समझ लेना चाहिए कि योग उपासना की कोई शैली विशेष नहीं है। न वह किसी विशेष उपास्य को जानता है, न किसी विशेष भाषा या प्रार्थना या मंत्र से उसका संबंध है, न ईश्वर की सत्ता को स्वीकार करना उसका अंग है, न कोई धर्मग्रन्थ उसके लिए प्रस्थान का पद रखता है। परन्तु वह उन सभी उपासना पद्धतियों के मूल में है जो संस्कृत समुदायों में प्रचलित हैं। उन सबको उससे बल मिलता है और यदि उनमें सत्य की कुछ झलक देख पड़ती है तो प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप किसी योगी के द्वारा ही नीचे लायी गयी होगी।

योगी सत्य का साक्षी है। वह सत्य को तर्क के द्वारा नहीं, प्रत्युत प्रत्यक्ष जानता है। सत्य में प्रवेश करता है और सत्य को अपनी आत्मा का तदात्म बनाता है। सभी मुख्य धर्मों के प्रमाण ग्रन्थ वेद, कुरान, बाइबिल, ईश्वर प्रेरित होने का दावा करते हैं परन्तु सब एक ही बात नहीं कहते, फिर यह कैसे निर्णय हो कि इनमें से कौन सचमुच ईश्वर प्रेरित है? सम्भव है सब का दावा झूठा हो, तर्क यहां निर्णय नहीं कर सकता। जितने भी तर्क दिये जाते हैं सब थोथे हैं। वेद में और बातों के साथ साथ मंत्र दिये हुए हैं। यदि सब का अधिकांश मंत्र विनियोग की कसौटी पर सच्चे उतरते—मंत्र के फलस्वरूप वृष्टि होती, धन मिलता, पुत्र लाभ होता इत्यादि इत्यादि तो उन पर विश्वास जमता पर ऐसा भी नहीं देख पड़ता। ऐसी अवस्था में योगी ही एकमात्र प्रमाण है। यदि वह किसी बात की साक्ष्य देता है तो वह बात मान्य है। ईश्वर, देवगण पितृ इत्यादि सब योगी के साक्ष्य की अपेक्षा रखते हैं।

इस समय व्यापक अश्रद्धा का युग है। आश्चर्य और दुःख का विषय यह है कि भारत जैसे धर्मप्राण देश में भी यही अवस्था है। जीवन पहला जैसा सरल नहीं रहा। विज्ञान ने और बदले हुए आर्थिक पर्यावरण ने नयी नयी समस्यायें खड़ी कर दी हैं। समाज के जीवन का ऐसा कोई भाग नहीं बचा है, जिसमें कई प्रश्नचिह्न न खड़े हों। वैयक्तिक और [illegible] आधार हिल उठा है, यह नहीं कहा जा सकता है कि

कुछ भी स्थायी और दृढ है या नही। मनुष्य की मान्यताओ मे कुछ भी विश्वसनीय निश्चित है या नही या सब कुछ परिवर्तनशील है? जन्म के पहले अपना अस्तित्व था या नही? मृत्यु के बाद अस्तित्व रहेगा या नही? यदि हां, तो कहा और कैसा? किसी प्रकार की उपासना केवल अपने चित्त को धोखा देना है या और कुछ? कोई ऐसी सत्ता है जो नित्य और उपास्य हो? व्यवहार का आधार क्या होना चाहिए? यह और ऐसे अनक दूसरे प्रश्न उठते हैं और उनके उत्तर नही मिलते, प्रचलित सम्प्रदायों के आचार्य पुस्तको के वाक्य दुहरा सकते हैं। वह जो कुछ भी कहते हैं उसम निश्चय का स्वर नही होता। उनकी बोली म वह दृढता नही होती जो यह विश्वास दिलाये कि उपदेश देने वाले को स्वय अपनी बातो पर विश्वास है, ऐसा स्पष्ट लगता है कि प्रवक्ता साक्षात्कृतधर्मा नही, अटकल के बल पर बोल रहा है। ऐसी बात पर भला क्या विश्वास आ सकता है।

अश्रद्धा अच्छी वस्तु नही है। चित्त को विश्वासयोग्य तथ्यो से रिक्त करना सरल हो सकता है परन्तु बहुत दिनो तक चित्त शून्य बना कर नही रखा जा सकता। आपत्तिया आती हैं, सकटो का सामना करना होता है। उस समय वह मनुष्य जिसके जीवन के आधार पर दृढ स्थायी सिद्धान्त नही है बेपतवार की नाव की भांति इतस्तत फेंका फिरता है। उसकी अवस्था उस पतग जैसी हो जाती है जिसकी डोर नीचे से कट गयी है। जो सुख, जो धन, सम्पत्ति, अधिकार, वैभव, रुचिकर लगते थे वह नीरस प्रतीत होने लगते हैं। स्थायी लक्ष्य के बिना हृदय म कुछ सूना सूना सा लगता है। विषयो के भोग से यह सूनापन दूर नही होता।

यह वह स्थल है जहा योगी की आवश्यकता है। उसने धर्म के मूल स्रोतो का साक्षात् किया है। उसने जगत की क्षणभगुर वस्तुओ के पीछे अपेक्षा दृष्टया अधिक स्थायी और इनके भी पीछे अविनश्वरकल्प तत्त्वो को प्रत्यक्ष देखा है। वह पूर्ण योगीश्वर न हो, फिर भी उसको सत्य के सागर म डुबकी लगाने का अवसर मिला है। उसकी कही बात साधु हृदय से निकलती है और अनुभव पर प्रतिष्ठित है, इसलिए उसमे से सत्य की टकार निकलती है। उसको सुनकर विश्वास स्वत उत्पन्न होता है। हृदय हृदय से बोलता है। यह असम्भव नही है कि लोक एक बार बात अनसुनी कर जाय, हस कर टाल दे, कटु सत्य सुनाने वाले को कष्ट भी दे परन्तु अन्त मे उसे सुनना ही होगा। रही कष्ट की बात मनस्वी पुरुष, कर्तव्य का वरण करते है, दुख सुख को नही देखते। योगी किसी विशेष आम्नाय, किसी सम्प्रदाय, किसी पक्ष मत की ओर से प्रचार नही करता है। वह बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय, सत्य का सन्देश सुनाता है। उसका चरित्र उसका सबसे बडा बल है।

यदि योगी मुह नही खोलता, अन्याय और अधर्म को पनपने देता है, समाज को

अश्रद्धा और अविश्वास के कीचड़ में फंसने देता है, तो वह अपने धर्म से च्युत होता है, श्रीकृष्ण ने केवल अपने लिए ही नहीं वरन् सभी योगियों की ओर से कहा था :

उत्सीदेयुरिमे लोका, न कुर्य्यां कर्म्म चेदहम् ।

यदि मैं कर्म नहीं करता तो यह लोक नष्ट हो जायंगे। अब तो वह समय आया है कि मैत्री, करुणा, मुदिता और उपेक्षा से सक्रिय ढंग से काम लिया जाय। इस समय का पर्यावरण योग के अनुकूल नहीं है।

कोई भी योगाभ्यासी हो, वह वाग्देवता की उपासना करता है, उसको अपने श्रम के अनुसार वाक् सिद्धि होती है। उस सिद्धि से काम लेने का दिन कब आयेगा ? समाज का यह ऋण योगी को चुकाना ही चाहिए। कोई सुने या न सुने, लोकहित की बात सुनानी ही चाहिए।

आज जन साधारण का मस्तिष्क शंकर के यानालय जैसा हो रहा है। महादेव के वाहन वृषभ का शत्रु पार्वती का वाहन सिंह है, गणेश के वाहन मूषक का शत्रु सर्प है जो शंकर के शरीर पर लिपटा हुआ है परन्तु उसका शत्रु कार्तिकेय का वाहन मयूर है। इस दृश्य के सम्बन्ध में हिन्दी के प्रसिद्ध कवि दास ने कहा था :

रार सी मची है त्रिपुरारि के तबेले में ।

पर वहां रार नहीं रार सी है ।

कोई विप्लव नहीं होने पाता—सब कुछ नियंत्रण में है। यहां कोई नियंत्रण नहीं है। बहुराज है, इसलिए अराजकता है। सामाजिक स्व, आर्थिक स्व, राजनीतिक स्व सब अलग अलग दिशाओं में खीचते हैं, यदि बचपन क कुछ पूजा पाठ के संस्कार दबे पड़े हैं, दर्शन का अध्ययन किया गया था, तो दो और स्व बुद्धिविभ्रम बढ़ाने को सन्नद्ध खड़े हैं। विभिन्न हितों का संघर्ष निरन्तर चलता रहता है। प्रत्येक अवसर पर सोचना पड़ता है कि क्या किया जाय, कुछ स्थिर करना बहुत कठिन होता है। यदि एक संयत स्व हो, एक सुनिश्चित कर्तव्य शैली एक सुस्थिर धर्म अपनाया जाय। यह संयत स्व भी योग से ही मिल सकता है। पुस्तकों में स्व नहीं मिलता। कोई पुस्तक हो, "स्व" आत्मा के सम्बन्ध में कुछ ज्ञान करा सकती होगी, स्व या आत्मा का ज्ञान नहीं करा सकती। पदार्थ का ज्ञान एक बात है, पदार्थ के सम्बन्ध में ज्ञान दूसरी बात। योग इन्द्रियों को विषयों से पराङ्मुख करता है, वासनाओं को दबाता है, विवेकख्याति प्रदान करता है अर्थात् इस बात को सोचने की क्षमता देता है कि जो वस्तुएं खींच रही हैं उनके पीछे दौड़ना कहां तक उचित है। उनकी आकर्षण से छुटकारा दिला कर अपने में स्थित होने का

कुछ भी स्थायी और दृढ है या नही। मनुष्य की मान्यताओ मे कुछ भी विश्वसनीय निश्चित है या नही या सब कुछ परिवर्तनशील है ? जन्म के पहले अपना अस्तित्व था या नही ? मृत्यु के बाद अस्तित्व रहेगा या नही ? यदि हां, तो कहा और कैसा ? किसी प्रकार की उपासना केवल अपने चित्त को धोखा देना है या और कुछ ? कोई ऐसी सत्ता है जो नित्य और उपास्य हो ? व्यवहार का आधार क्या होना चाहिए ? यह और ऐसे अनेक दूसरे प्रश्न उठते हैं और उनके उत्तर नही मिलते, प्रचलित सम्प्रदायो के आचार्य पुस्तको के वाक्य दुहरा सकते हैं। वह जो कुछ भी कहते हैं उसमे निश्चय का स्वर नही होता। उनकी बोली म वह दृढता नही होती जो यह विश्वास दिलाये कि उपदेश देने वाले को स्वय अपनी बातो पर विश्वास है, ऐसा स्पष्ट लगता है कि प्रवक्ता साक्षात्कृतधर्मा नही, अटकल के बल पर बोल रहा है। ऐसी बात पर भला क्या विश्वास आ सकता है।

अश्रद्धा अच्छी वस्तु नहीं है। चित्त को विश्वासयोग्य तथ्यो से रिक्त करना सरल हो सकता है परन्तु बहुत दिनो तक चित्त शून्य बना कर नही रखा जा सकता। आपत्तिया आती हैं, सकटो का सामना करना होता है। उस समय वह मनुष्य, जिसके जीवन के आधार पर दृढ स्थायी सिद्धान्त नही है, बेपतवार की नाव की भाति इतस्तत फेंका फिरता है। उसकी अवस्था उस पतग जैसी हो जाती है जिसकी डोर नीचे से कट गयी है। जो सुख, जो धन, सम्पत्ति, अधिकार, वैभव, रुचिकर लगते थे वह नीरस प्रतीत होने लगते है। स्थायी लक्ष्य के बिना हृदय मे कुछ सूना सूना सा लगता है। विषयो के भोग से यह सूनापन दूर नही होता।

यह वह स्थल है जहा योगी की आवश्यकता है। उसने धर्म के मूल स्रोतो का साक्षात् किया है। उसने जगत् की क्षणभगुर वस्तुओ के पीछे अपेक्षा दृष्ट्या अधिक स्थायी और इनके भी पीछे अविनश्वरकल्प तत्वो को प्रत्यक्ष देखा है। वह पूर्ण योगीश्वर न हो, फिर भी उसको सत्य के सागर मे डुबकी लगाने का अवसर मिला है। उसकी कही बात साधु हृदय से निकलती है और अनुभव पर प्रतिष्ठित है, इसलिए उसमे से सत्य की टकार निकलती है। उसको सुनकर विश्वास स्वत उत्पन्न होता है। हृदय हृदय से बोलता है। यह असम्भव नहीं है कि लोक एक बार बात अनसुनी कर जाय, हस कर टाल दे, कटु सत्य सुनाने वाले को कष्ट भी दे परन्तु अन्त मे उसे सुनना ही होगा। रही कष्ट की बात मनस्वी पुरुष, कर्तव्य का वरण करते हैं, दुख सुख को नही देखते। योगी किसी विशेष आम्नाय, किसी सम्प्रदाय, किसी पक्ष मत की ओर से प्रचार नही करता है। वह बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय, सत्य का सन्देश सुनाता है। उसका चरित्र उसका सबसे बडा बल है।

यदि योगी यह नहीं चाहता, अन्याय और अधर्म को पनपते देता है, समाज को

ऐसी क्या बात है कि उनके चर्चा को पूज्य माना जाय ? यदि इतना ही कहना है कि चार वेद है, यज्ञ में सात छन्दों वाले मंत्र काम में आते हैं, यज्ञ का घोष दिगन्त में गूंज रहा है तो इस कोरे वर्णन में ऐसा क्या रहस्य है ? इस प्रकार के मंत्रों से हमारे ज्ञान में क्या वृद्धि होती है ?

यहीं योग का प्रश्न आता है। यदि वेद निरर्थक या अनुपयोगी पद्यों या गद्य में गुम्फित वाक्यों का संग्रह नहीं है तो उसमें विश्व का गूढ़ रहस्य भरा है। वैदिक अग्नि, वायु, रुद्र, इन्द्र, पौराणिक देवों की भांति दुर्बल चरित्र के तथा काम, क्रोध, ईर्ष्या आदि दुष्प्रवृत्तियों से प्रेरित मनुष्य नहीं हैं। परन्तु इनके व्यक्तित्व को पहचानना सुकर नही है, बिना योग की कुंजी के यह रहस्य खुल नहीं सकता और यदि इस कुंजी से जल्दी काम नहीं लिया जाता तो समाज इस सारे वाङमय को दूर फेंक देगा। अर्थहीन कविता पढ़ने का आज के मनुष्य को अवकाश नहीं है। यदि यह वाङमय विस्मृति के गर्त में डाल दिया गया तब भी अध्यात्म विद्या का अवसान नहीं होगा, वह अमर ज्योति निर्विण्ण नही होगी परन्तु हमारा यह व्यवहार उस नासमझ के व्यवहार जैसा होगा जो अपनी पैतृक सम्पत्ति को फेंक कर फिर से कणकण को जोड़कर नया धनागार बनाना चाहता है। नया धनागार तो एक दिन फिर बन जायगा परन्तु प्राचीन संग्रह को नष्ट होने देना तो अक्षम्य अपराध होगा ।

वर्तमान काल में भी मनुष्य को योग की उतनी ही आवश्यकता है जितनी कि कभी पहले थी। सच तो यह है कि आवश्यकता बढ़ गयी है। अपनी भौतिक समस्याओं, सफलताओं से मानव उन्मत्त हो उठा है, वह धन, अधिकार, प्रभाव, को जीवन का सर्वस्व समझने लगा है, कभी ऐसा माना जाता था :

सा विद्या या विमुक्तये—विद्या वह है जो मोक्ष का साधन है। आज विद्या वह है जो भौतिक स्तर पर ऊपर उठने, मुक्ति के स्थान पर अधिक जटिल बन्धनों में फंसने में सहायता दे। मुझको ऐसा लगता है कि केवल योग और योगी से ही त्राण मिल सकता है।

यह सनातन विद्या है, श्रीकृष्ण के शब्दों में, राजगुह्य, राज विद्या है। यह राज-मार्ग सदा खुला है। परन्तु इस पर चलने वाले को संसारी असबाब, ममता और मोह, को यहीं छोड़ कर चलना है। उसे एक बार अपने गुरु से और गुरु रूपी परमात्मा से यह प्रार्थना करके :

अपने को पहिचानने का, अपने बिखरे हुए व्यक्तित्व को बटोरने का, अवसर देता है। एक दिन मे पूर्णता नही आती परन्तु जो एक कदम भी उधर बढता है वह जगत् में उलझन कम करता है। सब योगी नही बन जाते परन्तु योगी इस प्रकार का केन्द्र बन जाता है जिसके चारो ओर शान्ति का पर्यावरण एकत्र होता है, घनीभूत होता है। वहा के प्रवचन से, लिखावट से, तनाव और खिचाव कम होता है, दूर होता है आपस का सन्देह मिटता है, एक को दूसरे मे अपनी ही मूर्ति देख पडती है, इस प्रकार अपने को पहिचानने और अपने विच्छिन्न व्यक्तित्व को पुन पूर्ण बनाने का अवसर मिलता है।

मैंने ऊपर कहा है कि योग सभी उपासना पद्धतियो का आधार है। भारत के लिए तो यह बात पूर्णतया ठीक बैठती है। योग से दूर जाकर हम अपने धर्म और अपनी सस्कृति से दूर जा पडे। उसको भूल गये। आज भी हम वेद का नाम लेते हैं, उसको अपना अन्तिम प्रमाण मानते हैं। परन्तु वेद का अर्थ कौन समझता है? निरुक्तकार ने ठीक कहा है कि अनृषि वेद को नही समझ सकता—यदि वेद समझ सकता है तो वही जो स्वय ऋषि हो। परन्तु कौन ऋषि बनने का, योगी बनने का प्रयत्न करता है? बिना समझे हम कब तक वेद को प्रमाण ग्रन्थ मानते जायगे? कब तक नयी पीढी उसका नाम लेगी। उपनिषद् तो बहुत कुछ समझ म आते है परन्तु वेद का बडा भाग तो वह है जिसको मत्र भाग या सहिता कहते हैं। उसका क्या होगा? देखने म तो मत्रो मे कही उषा, (प्रात कालीन प्रकाश), कही सूर्य, कही बिजली, कही बादल, कही रोग, कही मृत्यु का, चर्चा है इन विषयो पर और भी सुन्दर कविता की जा सकती है। कही कही कुछ दार्शनिक विचार प्रकट किये गये है। पर इन बातो म ऐसी क्या गम्भीरता है जो बुद्धि इनका भार ढोय और इनको अपना सर्वोच्च धर्मग्रन्थ मान कर पूजती जाय?

ऋग्वेद के चतुर्थ मडल के ५८वें सूक्त का तीसरा मत्र कहता है

> चत्वारि शृगा त्रयो अस्य पादा, द्वे शीर्षे सप्त हस्तासो अस्य।
> त्रिधा बद्धो वृषभो रोरवीति, महो देवो मर्त्यां आविवेश॥

इसके चार सीग, तीन पैर, दो सिर और सात हाथ है तीन ओर से बधा हुआ वृषभ गरज रहा है। तेजस्वी देव मर्त्यों मे प्रवेश कर गया।

यह किस विचित्र जीव का वर्णन है? कहा पाया जाता है? भले ही २, ३, ४, ७ अको का कुछ अर्थ लगाकर मत्र को व्याकरण या यज्ञपरक कह दिया जाय पर इससे

ऐसी क्या बात है कि उनके चर्चों को पूज्य माना जाय ? यदि इतना ही कहना है कि चार वेद हैं, यज्ञ में सात छन्दों वाले मंत्र काम में आते हैं, यज्ञ का घोष दिगन्त में गूंज रहा है तो इस ओर वर्णन में ऐसा क्या रहस्य है ? इस प्रकार के मंत्रों से हमारे ज्ञान में क्या वृद्धि होती है ?

यहीं योग का प्रश्न आता है। यदि वेद निरर्थका या अनुपयोगी पद्यों या गद्य में गुम्फित वाक्यों का संग्रह नहीं है तो उसमें विश्व का गूढ़ रहस्य भरा है। वैदिक अग्नि, वायु, रुद्र, इन्द्र, पौराणिक देवों की भांति दुर्बल चरित्र के तथा काम, क्रोध, ईर्ष्या आदि कुवृत्तियों से प्रेरित मनुष्य नहीं हैं। परन्तु इनके व्यक्तित्व को पहचानना सुकर नहीं है, बिना योग की कुंजी के यह रहस्य खुल नहीं सकता और यदि इस कुंजी से जल्दी काम नहीं लिया जाता तो समाज इस सारे वाङ्मय को दूर फेंक देगा। अर्थहीन कविता पढ़ने का आज के मनुष्य को अवकाश नहीं है। यदि यह वाङ्मय विस्मृति के गर्त में डाल दिया गया तब भी अध्यात्म विद्या का अवसान नहीं होगा, वह अमर ज्योति निर्विण्ण नहीं होगी परन्तु हमारा यह व्यवहार उस नासमझ के व्यवहार जैसा होगा जो अपनी पैतृक सम्पत्ति को फेंक कर फिर से कणकण को जोड़कर नया धनागार बनाना चाहता है। नया धनागार तो एक दिन फिर बन जायगा परन्तु प्राचीन संग्रह को नष्ट होने देना तो अक्षम्य अपराध होगा।

वर्तमान काल में भी मनुष्य को योग की उतनी ही आवश्यकता है जितनी कि कभी पहले थी। सच तो यह है कि अ।वश्यकता बढ़ गयी है। अपनी भौतिक समस्याओं, सफलताओं से मानव उन्मत्त हो उठा है, वह धन, अधिकार, प्रभाव, को जीवन का सर्वस्व समझने लगा है, कभी ऐसा माना जाता था :

सा विद्या या विमुक्तये—विद्या वह है जो मोक्ष का साधन है। आज विद्या वह है जो भौतिक स्तर पर ऊपर उठने, मुक्ति के स्थान पर अधिक जटिल बन्धनों में फंसने में सहायता दे। मुझको ऐसा लगता है कि केवल योग और योगी से ही त्राण मिल सकता है।

यह सनातन विद्या है, श्रीकृष्ण के शब्दों में, राजगुह्य, राज विद्या है। यह राज-मार्ग सदा खुला है। परन्तु इस पर चलने वाले को संसारी असबाब, ममता और मोह, को यहीं छोड़ कर चलना है। उसे एक वार अपने गुरु से और गुरु रूपी परमात्मा से यह प्रार्थना करके :

अभयं नः करत्यन्तरिक्षम्, अभयं द्यावापृथिवी उभे इमे ।
अभयं पश्चादभयं पुरस्ताद्, उत्तरादधराद अभयं नोस्तु ॥

पाँव बढ़ाना है। कड़ी परीक्षाएं देनी होगी परन्तु यदि उसमे लगन है तो आशंका के लिए कोई स्थान नही है। यह भूलोक, देवपरिवार, सिद्ध समाज, सभी उसके हितैषी हैं, सभी कहेगे :

शिवास्ते सन्तु पन्थानः ।

क्योंकि सबको यह आशा है कि अपने परमकल्याण के शिखर पर पहुँचकर वह धर्ममेघ समाधि की अमृतमयी बूंदो से सबका आप्यायन करेगा।

परिशिष्ट (१)

जैन धर्म और योग

सम्भवतः कई पाठकों को इस बात पर आश्चर्य हुआ होगा कि पुस्तक में योग के प्रसंग में जैन धर्म का कहीं नाम नहीं आया है। वात यह है कि मैंने जो कुछ थोड़ा बहुत जैन आध्यात्मिक वाङमय का अध्ययन किया है और जैन विद्वानों से बातचीत की है उसके परिणामस्वरूप ऐसा प्रतीत होता है कि इस सम्प्रदाय के प्रामाणिक ग्रन्थों में वस्तुतः योग का बहुत कम चर्चा है। जो स्थान अन्य धर्मों में योग को दिया गया है इसमें तपश्चर्या को मिला है। इसमें सन्देह नहीं कि जहां तक तप का सम्बन्ध है, साधु ही नहीं वरन् जैन गृहस्थ भी तप को बहुत महत्त्व देते हैं। अन्न खाना छोड़कर शरीरान्त करना बड़ा पुण्य कार्य समझा जाता है और इस प्रकार की मृत्यु को समाधि मरण कहते हैं। कभी कभी वृद्ध पुरुष और स्त्री साठ साठ, सत्तर सत्तर दिन इस प्रकार निराहार रहकर मृत्यु का वरण करते हैं।

पुस्तक समाप्त होने के वाद अपने मित्र श्री खुशालचंद गोरावाला की कृपा से मुझको श्री शुभचन्द्राचार्य विरचित ज्ञानार्णव ग्रन्थ देखने को मिला। इसमें योग सम्बन्धी कई अध्याय हैं। अध्यायों की प्रकरण संज्ञा है। इसमें जिन पारिभाषिक शब्दों से काम लिया गया है उनमें कई वहीं हैं जिनसे हम पातंजल योगदर्शन में परिचित हैं। पुस्तक अच्छी है और इस दृष्टि से उपादेय है कि इसमें जैन दृष्टिकोण से योग के विषय में चर्चा किया गया है। परन्तु इसको देखने के वाद भी मेरी अब तक की धारणा को परिवर्तन करने का कारण नहीं देख पड़ता। बहुत सम्भव है कुछ जैन मतावलम्बी योग का अभ्यास करते हों परन्तु मुख्यतया वह लोग जो आचार्य दृष्टि से प्रतिष्ठित हैं और जिनके उपदेशों का अनुसरण जैन जनता करती है उनकी दृष्टि में तपस्या और शास्त्रों के स्वाध्याय को प्रमुखता प्राप्त है। योग का स्थान गौण है।

परिशिष्ट (२)

सूफीवाद

पुस्तक म कुछ स्थलो पर सूफियो की वाणिया उद्धृत की गयी है परन्तु कुछ मित्रो की यह सम्मति है कि सूफीमत के सम्बन्ध म कुछ स्वतत्र विवरण देना पाठको के लिए रोचक और उपयोगी होगा। जनबुद्धि म ऐसी धारणा है कि सूफीमत अद्वैत वेदान्त स मिलता जुलता है और इसकी साधनाशैली योग का ही रूपान्तर है। देश मे ऐसे लोगा की पर्याप्त सख्या है—और इनम केवल मुसलमान नही प्रत्युत हिन्दू भी हैं—जो सूफी कहे जाते हैं। उनके विश्वासा और आध्यात्मिक क्रियाओ के सम्बन्ध म जानकारी होना श्रेयस्कर ही है। इसीलिए यह छोटी सी टिप्पणी दी जा रही है।

इस देश पर लगभग आठ सौ सालो तक पठानो और मुगलो का शासन रहा। वह लोग फारसी भाषी थे। अत हमारा सीधा सम्पर्क ईरानी सूफियो से ही हुआ। परन्तु सूफी मत का उद्गम वही भूखड है जहा इस्लाम का उदय हुआ था। अरब और उसके पास के अरबी भाषी प्रदेश म इस मत का जन्म हुआ और वही इसका शास्त्रीय रूप प्रतिष्ठित हुआ। इरान और फिर भारत म आकर इसके रूप म कई परिवर्तन हुए परन्तु मुख्य और आधारभूत ढाचा अरब विद्वानो के हाथो निश्चित किया जा चुका था। यह तो उन लोगो के ग्रथो को देखने से ही प्रतीत होता है कि उन्होने यथासम्भव वेदान्त और बौद्ध दर्शन का भी अध्ययन किया था और यूनानी दर्शन, विशेषत अफलातून और अरस्तू के विचारो, स बहुत प्रभावित हुए थे।

कुछ प्रसिद्ध सूफिया के सम्बन्ध मे कुछ कथाए लोक म प्रचलित है। प्रसगवशात् उनम से कुछ का चर्चा किये देता हू। उनसे इतना तो स्पष्ट हो ही जायगा कि सूफियो को बहुत विरोध का सामना करना पडा था, आरम्भ म उनके विश्वास और रहन सहन की विधि इस्लाम–विरोधी मानी जाती थी।

पहली कथा मसूर की है। सबसे प्रसिद्ध भी यही है। वह आरम्भ काल था जब सूफीमत लोगा के सामने आ ही रहा था। उसी समय मसूर ने यह घोष किया अनलहक —मैं हक़ हू—मैं परमात्मा हू। यह वही तथ्य है जो अह ब्रह्मास्मि से व्यक्त होता है। ऐसा कहना प्रचलित इस्लामी मान्यताओ के सरासर विरुद्ध था। मसूर को

फांसी पर चढ़ा दिया गया। बाद में प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से दूसरे सूफ़ियों ने भी यही बात दुहरायी। ख्वाजा मुईनुद्दीन चिश्ती जिनकी मजार पर प्रतिवर्ष अजमेर में बहुत बड़ा मेला लगता है प्रसिद्ध सूफ़ी हो गये हैं। उन्होंने तो यहां तक कहा है :

मन नमी गोयम अनलहक़, यार मीगोयद बगो

मैं अनलहक़ नहीं कहता, मुझसे परमात्मा कहता है कि कह, हठात् मुझ से कहलवाता है।

जिस बात का इतना प्रचार हो गया, जिसको मुस्लिम समाज के सभी प्रतिष्ठित साधु महात्मा किन्हीं न किन्हीं शब्दों में दुहराने लगे, उसके लिए किसी को दंड देना सम्भव नहीं रह गया।

शम्से तब्रेज़ी, तब्रेज़ निवासी शम्स, की दूसरा अपराध लगा कर हत्या की गयी। कहते हैं कि किसी बादशाह का लड़का बहुत रुग्ण था। न हकीमों की दवा से लाभ हुआ न मुल्लाओं की दुआ से। किसी ने बतलाया कि नगर में शम्स नाम का एक फकीर रहता है उससे दुआ करायी जाय, स्यात् लाभ हो। बादशाह ने उनको बुलवाया। पहले तो उन्होंने बहुत आनाकानी की, कहा कि जब इतने बड़े बड़े मौलवी लोग दुआ कर चुके हैं तो फिर मैं क्या कर सकता हूं। परन्तु बादशाह ने न माना। उसको विश्वास हो गया कि इस फकीर की दुआ निश्चय फलवती होगी। उसके बहुत आग्रह करने पर शम्स ने रोगी से कहा :

क़ुम ब इज़्निल्लाह—अल्लाह की आज्ञा से उठ।

रोगी वैसा ही पड़ा रहा। जब तीन बार ऐसा कहने पर भी कुछ न हुआ तो उन्होंने कहा :

क़ुम ब इज़्नी—मेरी आज्ञा से उठ।

राजकुमार पलंग से उतर कर खड़ा हो गया, एक दम भला चंगा हो गया। बादशाह की कृतज्ञता का क्या पूछना था? वह बहुत कुछ देना चाहता था परन्तु शम्स को तो कुछ लेना नहीं था। किसी प्रकार छुट्टी लेकर अपने स्थान पर आये। उधर कुछ दिनों के बाद मौलवियों ने बादशाह के कान भरने आरम्भ किये। जो काम अल्लाह की आज्ञा से न हो वह एक मनुष्य की आज्ञा से कैसे हो सकता है। इसमें शैतान का हाथ है। यदि ऐसी बात चल पड़ी तो इस्लाम तो समाप्त हो जायगा। वह मूर्ख बादशाह इन बातों में आ गया। शम्स की खाल खींच ली गयी। कहते हैं कि यह घटना मुल्तान में हुई थी, जो भारत में है।

तीसरी घटना दिल्ली की है। वहा सरमद नाम के एक सूफी फकीर रहते थे। यह शिया थे। दाराशिकोह उनके पास बराबर आया जाया करता था। उसके मारे जाने के बाद भी उसके कुछ साथियो ने अपना वहा आना जाना जारी रखा। औरंगजेब को यह बुरा लगता था। एक तो वह शिया से चिढता था, दूसरे उसको दारा और उसके साथियो की धार्मिक उदारता, गीता और उपनिषद् के प्रति आदर बुरा लगता था। सबसे बडी बात यह थी कि उसका यह सन्देह था कि सरमद के यहा बैठकर सत्सग नही होता, मेरे विरुद्ध राजनीतिक षड्यन्त्र रचा जाता है। परन्तु कोई प्रमाण न मिलता था। जब राजनीति से काम न चला तो मजहब से काम निकाला गया। सरमद नगे रहते थे। न रोजा रहते थे न नमाज पढ़ते थे। बडी भारी बात यह थी कि वह मेराज की कथा को नही मानते थे। कुरान मे इस कथा के सम्बन्ध मे एक छोटा सा अध्याय ही है। इसके अनुसार एक रात ईश्वर ने मुहम्मद साहब की आत्मा को ऊपर उठाया और उन्होने सात आकाशो को पार करके स्वर्ग मे ईश्वर के दर्शन किये। औरंगजेब ने मुल्लाओ की एक समिति को यह काम सौंपा कि वह सरमद के विश्वासो को इस्लाम के सिद्धान्तों के प्रकाश मे परखे। मौलवियो के कई प्रश्नो के उत्तर स्वय सरमद की पद्यबद्ध भाषा मे मिलते हैं। वह बहुत ही रोचक और शिक्षा-प्रद है।

रोज़ा नमाज़ के सम्बन्ध म उन्हाने कहा कि इन उपायो से ईश्वर नही मिलता, उससे मिलने का एकमात्र साधन प्रेम है। जब उनसे प्रेम की व्याख्या करने को कहा गया तो उन्होने उत्तर दिया

सरमद, ग़मे इश्क बुलहवस रान दिहन्द,
सोज़े दिले परवाना मगस रा न दिहन्द,
उमरे बायद कि यार आयद ब कनार,
ईं दौलत सरमद हम' कस रा न दिहन्द ॥

सरमद, प्रेम की व्यथा विषयी को नही देते, पतग के हृदय की जलन मक्खी को नही दी गयी है। सारा जीवन बीत जाता है तब कही प्रियतम का सयोग प्राप्त होता है। यह दौलत सबको नही दी जाती।

नगे रहने के सम्बन्ध मे उन्हाने कहा

आँकस कि तुरा ताजे जहांबानी दाद, मारा हम' असबाबे परेशानी दाद,
पोशाद लिबास हर कि रा ऐबे दीद, बे ऐबाँरा लिबासे उरियानी दाद।

जिसने तुमको शासन करने का मुकुट दिया, उसी ने मुझे फ़कीरी का सारा सामान दिया। जिसको उसने ऐबी पाया उसको ऐब छिपाने के लिए वस्त्र दिया, बेऐबों को नंगेपन का वस्त्र दिया।

समिति की जांच तो खिलवाड़ थी। जो पहले से निश्चित कर लिया गया था वही हुआ। मौलवियों का फ़तवा हुआ कि सरमद जो कुछ कहते हैं और करते हैं वह इस्लाम के विरुद्ध है। अतः उनको फांसी देनी चाहिए। इस आज्ञा को सुनकर उन्होंने हंसते हुए कहा :

शुद देर कि अफ़सानए मंसूर कुहन शुद,
वक़्तस्त कुनूं जलवः दिहम दारो रसन रा।

बहुत दिन हो गये, मंसूर की कहानी पुरानी हो गयी। अब समय आया है कि मैं सूली और फांसी की रस्सी को प्रतिष्ठा प्रदान करूं। उनकी कब्र अब तक दिल्ली में विद्यमान है।

भारत में हम लोग जिन सूफ़ियों से अधिक परिचित हैं वह हैं मौलाना रूम, शम्स तब्रेज़, हाफ़िज़ शीराज़ी और मुइनुद्दीन चिश्ती। चिश्ती घराने के शिष्य प्रायः सारे भारत में फैले हुए हैं।

सूफ़ी शब्द सूफ़ से निकला है जिसका अर्थ है ऊन। इसके पीछे छोटा सा इतिहास है। ईसाइयों में किसी समय ऐसे साधक हो गये हैं जो कठोर तपश्चर्या को साधना का आवश्यक अंग मानते थे। जैसे हमारे देश में कुछ लोग पञ्चाग्नि तापने जैसे तपों से शरीर को पीड़ा देते थे वैसे ही वह लोग भी तप की विभिन्न शैलियों से शरीर को यंत्रणा देते थे। उनकी एक पद्धति थी बाल समेत खालों से बने कपड़ों को इस प्रकार पहनना कि बाल भीतर की ओर रहें और देह में बराबर गड़ते रहें। इन लोगों का अनुकरण अरब के कुछ साधकों ने किया, इसी से लोग उनको सूफ़ी (ऊनवाले) कहने लगे। बाद को ऊन पहनना तो छूट गया पर नाम रह गया। उसको आध्यामिक अर्थ भी पहना दिये गये। अन्य विद्वान् कहते हैं कि यह सफ़ा से निकला है जिसका अर्थ शुद्धि है।

इतना समझ लेना चाहिए कि यद्यपि सुविधा की दृष्टि से मैंने भी सूफ़ी मत जैसे शब्द का व्यवहार किया है परन्तु वस्तुतः कोई एक निश्चित सूफ़ी मत नहीं है। सब सूफ़ियों को एक मानना उतना ही यथार्थ है जितना सब साधुओं को एक मानना। सूफ़ियों के कई सम्प्रदाय या समुदाय हैं जिनमें कई बातों में गहरा मतभेद पाया जाता है। यहां मैं बहुत संक्षेप में उन्हीं बातों का चर्चा कर सकता हूं जो प्रायः सर्वमान्य हैं।

सूफ़ियों का मुख्य प्रस्थान ग्रंथ अन्य मुसलमानों की भांति कुरान है। कहते हैं कि मुहम्मद साहब ने अपने दो शिष्यों, अली और अबू बक्र, को आध्यात्मिक रहस्य की बातें बतायी थीं परन्तु अनुश्रुति के सिवाय इसका कोई प्रमाण नहीं मिलता। कुरान में ऐसे बहुत ही कम स्थल हैं जहां कोई ऐसी बात कही गयी हो जिसको दर्शन या योगपरक कह सकते हैं। परन्तु यत्र तत्र कुछ ऐसे वाक्य मिलते हैं जिनसे सूफी लोग ऐसे अर्थ निकाल लेते हैं जो उनके लिए आधार बन सकते हैं। मुसल्मानों का सबसे पवित्र मंत्र कलमा है जो इस प्रकार है :

ला इलाह इल अल्लाह व मुहम्मद रसूल अल्लाह

सिवाय अल्लाह के कोई ईश्वर नहीं है और मुहम्मद अल्लाह के रसूल (सन्देश वाहक) हैं।

इस वाक्य के पूर्वार्ध के विश्लेषण से वह तथ्य निकल सकते हैं जो सब मुसल्मानों के लिए अनिवार्यतया मान्य हैं। सूफ़ी भी इनसे बंधे हैं।

"ला इलाह इल अल्लाह" से सबसे पहले यह अर्थ निःसृत होता है :

(क) अल्लाह है (ईश्वर की सत्ता है)। जो व्यक्ति इस बात को नहीं मानता उसको मुनकिर (इनकार करने वाला) कहते हैं। मुनकिर होना अक्षम्य अपराध माना जाता है।

(ख) दूसरी बात यह निकलती है :

अल्लाह, ईश्वर, एक है।

यह वाक्य देखने मे बहुत सीधा है परन्तु इसके अर्थ में बहुत गम्भीरता है। जो लोग ईश्वर की सत्ता स्वीकार करते है वह सभी एकेश्वरवादी हैं। यह कोई नहीं कहता कि अनेक ईश्वर है। सामान्य हिन्दू भी एकेश्वरवादी है। परन्तु हिन्दू का एकेश्वरवाद कुरानसम्मत एकेश्वरवाद से भिन्न है। हिन्दू ब्रह्मा, विष्णु, रुद्र, इन्द्र आदि की पूजा करता है। वह इन देवों से प्रार्थनाएं करता है। देवगण पूर्णतया न सही पर अंशतः ईश्वर हैं। कुरान के अनुसार यह ठीक नहीं है। अकेला एक ईश्वर पूज्य है, दूसरा कोई नहीं। ईश्वर को विश्व के संचालन मे किसी देव देवी की सहायता की आवश्यकता नहीं है। उसके साथ किसी और को पूजास्पद मानना भी अक्षम्य अपराध है। जो लोग ईश्वर के सिवाय किसी और की उपासना करते है वह मुशरिक कहलाते हैं। मुशरिक का अर्थ है शरीक करने वाला, किसी को अल्लाह के साथ शरीक, सम्मिलित करने वाला।

(ग) यह ईश्वर सर्वव्यापक, सर्वज्ञ, सर्वशक्तिमान् है। वह लामकां और लाजमां—काल और दिक् से परे—है। वह जगत् का स्रष्टा, पालयिता और संहर्ता है। उस

अपनी इच्छा से जगत् को रचा है, जब चाहेगा खेल बंद कर देगा। उसकी इच्छा अनियंत्रित है, उसके विषय में "क्यों" नहीं पूछा जा सकता। जड़ चेतन, चर अचर, सब उसकी ही रचना है। जो लोग उसकी आज्ञाओं का पालन करते हैं वह अनन्त काल तक स्वर्ग के अधिकारी होंगे। जो अवज्ञा करेंगे वह अनन्त काल तक नरक का भोग करेंगे। यह शरीयत का विधान है। शरीयत क़ुरानसम्मत वह धर्मशास्त्र है जो साधारण मनुष्यों के लिए लागू होता है। तरीक़त का मार्ग जिससे सूफ़ी इस शरीर के रहते ही ईश्वर का साक्षात्कार प्राप्त करता है, दूसरा ही है।

ईश्वर और जगत् के संबंध में सूफ़ी विद्वानों ने बहुत विचार किया है। यों तो क़ुरान को प्रमाण मानकर सूफ़ी भी कह देगा कि ईश्वर जगत् का स्रष्टा है। पर इतना कहना पर्याप्त नहीं है। सृष्टि भी कई प्रकार से हो सकती है। ईश्वर निमित्त हो सकता है पर उपादान क्या था? ईश्वर स्वर्णकार था परन्तु वह स्वर्ण क्या था जिससे उसने जगत् का निर्माण किया? इसके उत्तर के विषय में आपस में मतभेद हैं परन्तु अधिकतर सूफ़ियों का मत वह है जो "हमऽओस्त" सिद्धान्त कहलाता है। हमऽओस्त का अर्थ है: सब कुछ वही है—सर्वं खल्विदं ब्रह्म। परन्तु यह ध्यान में रखना चाहिए कि सूफ़ी अद्वैत वेदान्त के सिद्धान्त को नहीं मानता। अद्वैतवादी प्रतीयमान जगत् के नानात्व को समझाने के लिए मायावाद का आश्रय लेता है। वह कहता है कि जगत् मिथ्या है, यद्यपि उसका आधार ब्रह्म सत्य है। रस्सी में प्रतीत होने वाला सांप झूठा है, यद्यपि रस्सी सत्य है। सूफ़ी मायावाद को नहीं मानता। वह जगत् को सत्य मानता है। उसका विश्वास है कि यह जगत् ईश्वर की लीला है। उसने अपनी इच्छा से यह रूप धारण किया है। यह मत श्री वल्लभाचार्य के शुद्धाद्वैतवाद से मिलता है।

जब वही सब कुछ है तो मनुष्य की आतमा भी उससे अभिन्न है। मनुष्य शरीर में ही वह अपने आपको पहचान सकता है। मनुष्य के लिए "अनलहक़" कहना सर्वथा उचित है, यद्यपि शरीर रहते हुए वह इतने बंधनों से बंधा हुआ है कि ईश्वरत्व की अपेक्षा दासत्व का अनुभव ही अधिक होता है। नियाज़ ने कहा है:

गाहे नियाज़ ईमाने मन, गह बेनियाज़ी शाने मन,
ई हर दो मौजेवद व मन, हम बन्दऽ हम मौलास्तम्॥

कभी तो मैं अर्थी के रूप में होता हूं, कभी इच्छाहीन होना मेरी शान है। मुझे दोनों बातें शोभा देती हैं: मैं दास भी हूं और ईश्वर भी।

ईश्वर की जगत्‌रूपी लीला के सम्बन्ध में कहा गया है:

दीद अपने की थी उसे ख्वाहिश, आपको हर तरह बना देखा।

हमऽओस्त का सिद्धान्त आजकल अधिकतर सूफियो को मान्य है परन्तु सब सब सूफी इसको ही नही मानते रहे है। सूफी वाङ्मय मे कई प्रकार के दार्शनिक विचा मिलते है। उदाहरण के लिए एक विद्वान् का यह मत था कि ईश्वर मे ज्ञातृत्व—ज्ञात होने के—गुण का होना विवाद का विषय है। ज्ञाता के लिए ज्ञेय चाहिए। ईश्वर क ज्ञेय या तो उससे कुछ भिन्न होगा या वह स्वय। किसी वस्तु का ज्ञान तभी होता है जब बुद्धि तदाकार होती है। यदि ईश्वर किसी अन्य वस्तु से तदाकार हुआ तो उसके निर्मल एकपन, अकेलेपन मे कलुष आ जायगा जो हो नही सकता। वह अपने को भी नही जानत क्योंकि ज्ञाता और ज्ञेय एक नही हो सकते।

एक विचारक ने ऐसा माना है कि तत्त्वो के परमाणु जगत् की रचना के पहले से है, अर्थात् नित्य हैं। आत्मा भी नित्य है। ईश्वर का सान्निध्य तत्त्वो को इन्द्रियगोचर बना देता है और विश्व के इन अवयवो को व्यवस्थित कर देता है। इस मत के अनुसार ईश्वर आत्माओ तथा भौतिक तत्त्वो का स्रष्टा नही रहता। इसमे न्यायदर्शन के आरम्भ-वाद की झलक देख पडती है।

ईश्वर साक्षात्कार (मशाहिदऽ) तक जीव की जो लबी यात्रा होती है उसका पहला चरण फिराक है और अन्तिम चरण फिना।

फिराक का अर्थ है वियोग। इस अवस्था मे जीव को ईश्वर से बिछोह की अनुभूति होती है। उसकी व्यथा बढती जाती है। ससारी सुख दु खमय प्रतीत होने लगते हैं। सूफी कवियो ने इस अवस्था का बडी मार्मिक भाषा मे वर्णन किया है। इस सम्बन्ध मे उनकी रचनाए ऐसी आलकारिक शैली की है कि पढनेवाले मे शान्त की जगह कभी कभी शृगार रस का उद्बोधन हो सकता है। अन्तिम चरण फिना है। फिना का अर्थ है मृत्यु या विनाश। जीव ईश्वर मे फिना, विलीन, हो जाता है। यह वह समाधि है जब जीव और ईश्वर का भेद मिट जाता है। जीव अपनी खुदी—पृथक् सत्ता—की भावना को त्याग कर खुदा हो जाता है, या कहिये कि अपनी भूली हुई खुदाई को पुन प्राप्त कर लेता है। किसी ने कहा है

> शहे बेखुदी ने अता किया मुझे अब लिबासे बरहनगी।
> न दुई की पर्दादरी रही न खुदी की बखिया गरी रही।

बखुदी के बादशाह ने मुझे नगेपन का वस्त्र प्रदान किया है। अब न तो दुई का पर्दा फाडना रह गया है, न खुदी के वस्त्र मे बखिया करना रह गया है।

नियाज ने कहा है

> क़ौले नियाज बेशुनो, यानी जे खुद बुरू शो।

निगाह की आस तुम्हारी अपने में ज़ाहिर हो। जब तुम अपनी ख़ुदी से निकल जाओगे तो ख़ुदा तक पहुँच जाओगे।

निगाह, ईश्वर से मिलने की उत्कट चाह, बहुत सुन्दर बात है। प्रेम का प्रभाव दोनों ओर पड़ता है। प्रेमी की ओर प्रेमपात्र भी झुकता है। ईश्वर भी सच्चे प्रेम से प्रभावित होता है। इसके साथ ही प्रेमी संसार की बहुत सी बुराइयों के ऊपर उठ जाता है और मिलन की बेला, संयोग की घड़ी, का अधिकारी बन जाता है। फिर भी ऐसे व्यक्ति के लिए महात्माओं ने यमों संबंधी बहुत से उपदेश दिये हैं जो यम नियम से मिलते जुलते हैं।

सत्य के विषय में कहा है :

रास्ती मूजिबे रज़ाये ख़ुदास्त—सत्य ईश्वर को प्रसन्न करने का साधन है।

अहिंसा के विषय में हाफ़िज़ का कहना है :

मबाश दर पये आज़ार व हरचे ख़्वाही कुन।
कि दर तरीक़ते मा ग़ैर अज़ीं गुनाहे नेस्त॥

किसी को सताने के फेर में मत रहो, और जो चाहो करो। मेरे शास्त्र में इसके सिवाय कोई पाप नहीं है।

सन्तोष के विषय में मौलाना रूम कहते हैं :

बर सरे हर दानऽ बिनविश्तन्द आं,
कीं फुलां इब्ने फुलां इब्ने फुलां।
पस बराये नां मलरज़ां पा व दस्त,
रिज़्क़ तू बर तू ज़े तू आशिक़ तरस्त॥

प्रत्येक दाने पर यह लिखा है कि यह अमुक के बेटे अमुक के बेटे अमुक के लिए है। फिर तुम रोटी के लिए व्याकुल मत हो, तुम्हारा अन्न तुम्हारे ऊपर तुम से बढ़कर आशिक़ है, क्योंकि वह तो तुम्हारे लिए है, किसी और के पास जा नहीं सकता।

साधक को ज़ोहद, तपश्चर्या, का भी अभ्यास करना चाहिये, पर उसको बू अली शाह क़लन्दर को यह बात भी सदा ध्यान में रखनी चाहिये :

ज़ोहदो तक़वा चीस्त ऐ मेर्दे फ़क़ीर,
ला तमऽ बूदन ज़े सुल्तानो अमीर।

ऐ फकीर, जोहद और तकवा, तपश्चर्या और नियमो का पालन, क्या है? राजा रईस से निर्लोभ रहना।

स्वाध्याय के सबध मे शेख सादी की यह उक्ति बहुत ही उपयोगी है :

मन जे क़ुरआं मग्ज रां पर्दाखनेम।
उस्तख्वां पेशे सगां अन्दाखनेम ॥

मैंने कुरान मे से मज्जा (सार) निकाल लिया और हड्डी को कुत्तो के आगे फेंक दिया।

वैराग्य के विषय मे कहा गया है :

हम खुदा ख्वाही व हम दुनियाए दूं,
ईं ख़ियालस्तो मुहालस्तो जुनूं ॥

तू ईश्वर को भी चाहता है और कमीनी दुनिया को भी साथ साथ चाहता है, यह तेरा विचार भ्रमपूर्ण है और पागलपन है, दोनों बातें एक साथ नही हो सकती।

इसी सम्बन्ध मे किसी ने कहा है :

तालिबाने दुनिया मजबूरन्द, तालिबने उक़बा मज़दूरन्द,
तालिबाने मौला मसरूरन्द

इस लोक को चाहने वाले मजबूर हैं। उनको इस बात की समझ ही नही है कि ऊची बातें सोच सकें। पशुओ की भाति नियति जिधर नकेल खीचती है उधर चले जाते हैं। स्वर्ग को चाहने वाले मजदूर हैं। यहाँ कुछ पुण्य काम करते हैं, उसका पारिश्रमिक परलोक में चाहते हैं। परमात्मा को चाहने वाले आनन्द मे रहते हैं।

साधक से आशा की जाती है कि उसके जीवन मे तोबह और तवक्कुल को उत्तरोत्तर अधिक स्थान मिलेगा। तोबह का अर्थ है प्रायश्चित्त—अपनी भूलो पर पछतावा करना। साधक निरन्तर उन अवसरो को याद करता रहता है जब उसने ईश्वर की किसी आज्ञा का उल्लघन किया, अपने चरित को सुधारने का सकल्प करके सकल्प को तोडा। उससे भूलें होती हैं परन्तु इन भूलो की ही सीढी बनकर वह ऊपर चढता है। यदि तोबह का भाव सच्चा है तो वह जब भी गिरता है, पहले से बलशाली

को ईश्वरार्पित कर देना, यदृच्छया जो कुछ प्राप्त हो जाय उसे सहर्ष स्वीकार
इस सम्बन्ध में ख्वाज़ा मुईनुद्दीन चिश्ती ने कहा है :

हर आंचे आयदत अज ग़ैब नेको बद मनिगर,
हमीं बसस्त कि अज सूए दोस्त मी आयद ।
तू अज़ सऊबते दौरां मनाल शादां बाश,
कि तीरे दोस्त व पहलूए दोस्त मी आयद ॥

अदृष्ट से तुझको जो कुछ प्राप्त हो उसको यह मत देख कि अच्छा है या बुरा,
यही बहुत है कि दोस्त का भेजा हुआ आया है ।
कालचक्र वशात् जो कुछ भी कष्ट मिले उस पर रो मत वरन् प्रसन्न हो, 'तुझको
तीर लगा पर वह तीर दोस्त का चलाया हुआ है ।
इस प्रकार जिसकी जीवनचर्या होती है उसकी निश्चय ही अध्यात्म के पथ
ते और प्रगति होती है । क्रमशः उसका चित्त दस अवस्थाओं को प्राप्त करता है
मुक़ाम कहते हैं । मुक़ाम यह हैं :

मराक़बा—एकान्त में बैठकर अपने चित्त की गतिविधि को नियंत्रित करना
कुर्ब—ईश्वर के समीप्य की अनुभूति
महब्बऽ—प्रेम
खौफ़—जिस प्रकार का भय पुत्र को पिता के सामने लगता है
उम्मीद—आशा
शौक़—तीव्र संवेग
उस—ईश्वर से एक प्रकार के अपनेपन का भाव
इतमीनान—यह भाव कि मैं सुरक्षित हूं, ईश्वर की कृपा होगी ही
मुशाहिदऽ—ध्यान, दर्शन
यक़ीन—साक्षात्कारमूलक विश्वास

इन मुक़ामों पर साधक पहुंचता तो अपने ही श्रम से है परन्तु ईश्वर उसके
ज, परिश्रम, का तमाशा नहीं देखता है । वह साधक से परितुष्ट होकर उसको हाल
करता है । हाल एक विशेष अवस्था है जो ईश्वर की कृपा से साधक के चित्त को
त कर लेती है चाहे वह किसी भी मुकाम पर पहुंचा है । हाल आते ही बाहर की
स्थितियों का अतिक्रमण हो जाता है और साधक समाधि में डूब जाता है ।

जब साधक अपनी यात्रा आरम्भ करता है तो उसके चित्त मे वियोग और सयोग, निराशा और आशा मे घोर सघर्ष मचा रहता है परन्तु ज्यो ज्यो वह आगे बढ़ता है त्यो त्यो साक्षात्कार और फिना के पहले ही विश्वास, और आशा की मात्रा बढ़ती जाती है। प्रेम की विह्वलता असहृय प्राय होती जाती है परन्तु विसाल, मिलन, की अवश्यम्भाविता पर भी कोई सन्देह नही रह जाता। किसी ने कहा है

आशिक़ के शुद कि यार बजानश नज़र न कर्द,
ऐं दोस्त दर्द नेस्त वगर नऽ तबीब हस्त ।।

ऐसा कौन प्रेमी हुआ जिसकी जान पर यार ने दृष्टि नही डाली ? ऐ दोस्त, दर्द ही नही है, नही हकीम है।

साधक कभी कभी तो ईश्वर से सखा भाव से इस प्रकार बात करता है कि उसके शब्दो से यह ध्वनि निकलती है कि ईश्वर मेरी बात टाल नही सकता ।

सरमद ने एक जगह कहा है

सरमद, अगर ख़ुदास्त ख़ुद मी आयद—

सरमद, यदि ख़ुदा है तो आप ही आयेगा।

एक कवि कहता है

यह दौरे मुहब्बत भी है आने वाला ।
मैं रूठूँगा तुमको मनाना पड़ेगा ।।
जहाँ बेख़ुदी मे मैं सजदऽ करूगा ।
वहीं तुमको काबा बनाना पड़ेगा ।।
कभी नाज़बरदार का नाज भी तो ।
हुज़ूर आपको कुछ उठाना पड़ेगा ।।

सूफियों मे मुर्शिद (गुरु) का स्थान बहुत ऊचा होता है। आरम्भ म ऐसा नहीं था परन्तु ईरान आकर भारतीय योगियो के सम्पर्क के बाद सूफीमत म गुरु को यह पद मिला। गुरु के सम्बन्ध म मौलाना रूम कहते हैं

री बेजो यारे ख़ुदाये रा तू ज़ूद,
चूँ चुनाँ करदी ख़ुदा यारे तू बूद।

जा और ईश्वर के मित्र को तू शीघ्र ढूंढ़। जब तू ऐसा कर लेगा तो ईश्वर आप ही तेरा मित्र हो जायगा।

हाफ़िज़ कहते हैं :

> जे मै सज्जादऽरंगीं कुन गरते पीरे मुग़ां गोयद,
> कि सालिक बेख़बर न बुअद ज राहो रस्मे मंजिलहा ॥

यदि शराबख़ाने का वृद्ध ऐसा आदेश दे तो अपने पूजा के आसन को शराब से रंग डाल, क्योंकि सालिक[1] मार्ग के नियमों से बेख़बर नहीं होता।

मार्ग की कठिनाई के सम्बन्ध में हाफ़िज कहते हैं :

> शबे तारीको बीमे मौजो गिरदाबे चुनीं हाएल,
> कुजा दानन्द हाले मा सुबुकसाराने साहिलहा ॥

रात अंधेरी है, भयानक लहरें उठ रही हैं, बीच बीच में भंवर हैं। जो लोग चैन से किनारे पर बैठे हैं वह मेरे हाल को कहां जानते हैं।

साक्षात्कार, संयोग, की अवस्था का सूफ़ी महात्माओं ने चर्चा तो किया है पर उसका कोई ब्यौरा देना उनके लिए सम्भव नहीं था। जहां वाणी और बुद्धि दोनों हार जायं उसका भला कोई क्या ब्यौरा दे सकता है। उस अवस्था की अनुभूति अपनी आप साक्षी और प्रमाण है, उसको किसी तर्क की अपेक्षा नहीं होती। मौलाना रूम के शब्दों में : आफ़ताब आमद दलीले आफ़ताब—सूर्य के अस्तित्व का प्रमाण स्वयं सूर्य है। परन्तु सूर्य को देखने के लिए आंख होनी चाहिए। इसीलिए तो सरमद ने कहा था कि यह दौलत सबको नहीं दी जाती। एक लेखक ने कहा है "नागाह भी आयद वले बर दिले आगाह भी आयद"—यह अनभूति यकायक आ जाती है परन्तु उसी हृदय में आती है जो पहले से जागता रहता है। हाल का प्रसाद अधिकारी को ही मिलता है।

ईश्वर सच्चिदानन्द है, सत्यं शिवं सुन्दरम् भी है। सूफ़ी साधक उसके सौन्दर्य पर मुग्ध हैं और यह ऐसा रूप है जिसको तर्क का विषय बनाना या वाणी में उतारना प्रायः असम्भव है। इसलिए उनको अलंकार और उपमा से ही काम लेना पड़ता है। ईश्वर के अपूर्व लावण्य और सौन्दर्य का वर्णन करते हुए हाफ़िज को दोनों ओर से लटकती

---

१. [illegible] जो ब्रह्मज्ञानी है और दूसरों को दीक्षा दे सकता है।

हुई काली अलकों के बीच माशूक (प्रेमपात्र) का दमकता हुआ चेहरा देख पडता है और वह उसको यो उपमा देते हैं चे दिलावरस्त दुज्दे कि बकफ चिराग दारद चोर भी कितना ढीठ है कि हाथ मे दीपक लेकर चलता है। जिसने उनके हृदय को चुरा लिया था उसको चोर कहना ठीक ही था।

सूफियो मे साधना की प्राय दो मुख्य विधियां हैं समाअ और जिक्र। समाअ का अर्थ है सुनना। यह साधना का सामूहिक उपाय है। कई साधक किसी शान्त कमरे म बैठ जाते हैं। वहा आरिफो (पहचानने वालो, सन्तो) की रचनाओ को पढने या गाने बजाने का प्रबध रहता है। पढने और गानेवाले विशेष रूप से गले के माधुर्य के लिए चुने जाते है। सितार, सरोद, वीणा, जैसे तार के बाजे ही यथासम्भव रखे जाते हैं। कभी कभी नृत्य का भी प्रबध होता है। या तो सभी उपस्थित लोग नाच मे सम्मिलित हो जाते है या कुछ विशेष चुने हुए लोग यह काम करते है। राग, ताल, लय सब ऐसे होते हैं कि उनको सुनने और देखने तथा भाग लेने से सभी साधको के शरीरो की विलक्षण अवस्था हो जाती है। रोने लगते है, झूमने लगते हैं, आत्मविस्मृति सी छा जाती है। कइयो को हाल आ जाता है। उनको यह आदेश पहले से ही रहता है कि चित्त इधर उधर मत भटकने दो। फलत एक प्रकार की एकाग्रता हो जाती है और कइया को अलौकिक दृश्य दख पडने, और अलौकिक शब्द सुन पडने, लगते है। यह चक्रोपासना का ही रूप है। अपनी पुस्तक चिद्विलास म मैंने चक्रोपासना का यह स्वरूप बतलाया है। वहा जप और पाठ का चर्चा है, इनके साथ सगीत और नृत्य को भी जोड लेना चाहिए .

बहुत से उपासक एक जगह एकत्र होकर जप या पाठ या ध्यान करते है। ऐसी गोष्ठी को चक्र कहते हैं। चक्र मे सम्मिलित व्यक्तियो के चित्त एक दूसरे को प्रभावित करते हैं और थोडी ही देर मे वैसी एकाग्रता प्राप्त होती है जा अन्यथा बहुत देर मे आती। इसीलिए कहा जाता है कि चक्र मे उपास्य देवता जल्दी अवतरित होती है। ऐसी एकाग्रता चाह थोडी ही दर ठहरे, परन्तु उतनी देर तक के लिए प्राण अशत स्तब्ध हो जाते हैं और अपूर्व सुखमय आत्मविस्मृति होती है। प्रत्यक्ष न होते हुए भी ऐसा प्रतीत होता है कि उपास्य अपने चारो ओर, अपने पास, अपने भीतर और बाहर, भर गया है।"

जिक्र समअ से भिन्न पद्धति है। यह मुख्यतया वैयक्तिक उपासना है। जिक्र का अथ है नामस्मरण, नाम का जप। यह वही क्रिया है जिसका वर्णन पतजलि ने "तज्जपस्तदर्थभावनम्' सूत्र मे किया है। यो तो जिक्र की पूरी पद्धति गुरुमुख से ही जानी जा सकती है और गोप्य रखी जाती है। जैसा कि मौलाना रूम ने कहा है

आरिफ़ाँ कि जामे हक़ नोशीदऽ अन्द,
राजहा दानिस्तऽ ओ पोशीदाऽ अन्द।
हर कि रा असरारे हक़ आमोख़्तन्द,
मुह्र करदन्दो दहानश दोख़तन्द॥

जिन आरिफ़ लोगों ने हक़ का प्याला पिया है, वह भेदों को जानते हैं परन्तु उनको छिपाकर रखते हैं। जिस किसी को हक़ के रहस्य सिखाते हैं उसके होठों को सी देते हैं और उन पर मुहर कर देते हैं।

कोई एक नाम नियत नहीं है जिसका जप सब के लिए अनिवार्य हो परन्तु अधिकतर सूफ़ी कलमा के पूर्वार्व–"ला इलाह इल अल्लाह" को ज़िक्र का माध्यम बनाते हैं। नियम यह है कि ज़िक्र के लिए कोई स्वच्छ, अंधेरा और एकान्त कमरा चुनना चाहिये उसमें पालथी मारकर बैठना चाहिये और दोनों हाथों को दोनों जंघाओं पर रख लेना चाहिए। फिर जप आरम्भ करना चाहिये। ज़िक्र के सम्बन्ध में इतना ही कहा जा सकता है कि "ला इलाह" को नाभि के पास से उठाकर "इल अल्लाह" को हृदय तक पहुंचाना चाहिए। इस प्रकार के जप से सारे शरीर में एक विशेष प्रकार की गति और लय का उद्बोध होता है जिससे कण कण प्रभावित हो उठता है। साधक को यह निर्देश रहता है कि ज़िक्र के शब्दों पर नहीं वरन् मजकूर पर, जिसका कि ज़िक्र किया जाता है उस पर, अल्लाह पर, चित्त एकाग्र करो। जब तक ज़ाकिर, ज़िक्र करने वाले, को ज़िक्र करते समय अपने अस्तित्व का ध्यान रहता है तब तक ज़िक्र अपूर्ण है। ज़िक्र में केवल अल्लाह की भावना रह जानी चाहिये। वही अवस्था हाल के अवतरित होने, फ़िना होने, वस्ल, संयोग, के अनुकूल होती है।

सच्चा सूफ़ी सम्प्रदाय, जाति, भाषा आदि बन्धनों की परिधि के बाहर होता है। शम्स तब्रेज़ ने कहा था :

न हिन्दुअम न मुसलमां न काफ़िरम् न यहूद।

न मैं हिन्दू हूं, न मुसलमान, न काफिर, न यहूदी।

जो साक्षात्कार के स्थान तक पहुंचा उसके लिए न कुछ उपादेय रह जाता है न हेय। अब कौन आशिक़ रह गया कौन माशूक़? किसका संग्रह हो और किसका त्याग? इसीलिए एक महात्मा ने कहा था कि मैं नंगे सिर नहीं हूं, चार त्यागों की टोपी देता हूं :

तर्के दुनिया तर्के उक़बा, तर्के मौला, तर्के तर्क।

इस लोक का त्याग, परलोक का त्याग, ईश्वर का त्याग और त्याग का त्याग।

यह विवरण बहुत सक्षिप्त है। अति सक्षेप म भ्रामक चित्र बन जाने का डर रहता है। यदि मरे प्रमाद से सूफीमत के सबध म ऐसा हो गया हो तो मुझे बहुत दुख होगा। पाठको को यह देखकर आश्चर्य हुआ होगा कि अब तक के वर्णन म योगाभ्यास या उससे मिलती जुलती किसी क्रिया का चर्चा नही आया। जिक्र निश्चय ही योग मे अन्तर्भूत माना जा सकता है परन्तु उससे भी इस प्रचलित विश्वास का समर्थन नही होता कि सूफीमत भारतीय योग-वेदान्त का ही दूसरा रूप है। इस सम्बन्ध म मैं शेख मुहम्मद इकबाल की पुस्तक दि डेवेलप्मेण्ट आफ मेटाफिजिक्स इन पर्शिया के कुछ वाक्यो को अनूदित करना चाहता हू। *यह पुस्तक १९०८ मे प्रकाशित हुई थी और ग्रथकार के बहुत* खोज और प्रगाढ अध्ययन का परिणाम है

यह याद रखना चाहिये कि नक्शबन्दी जैसे कुछ सूफी सम्प्रदायो ने मोक्ष के कुछ नय उपाय निकाले या यो कहना चाहिए कि उन्होने भारतीय वेदान्तियो से इन उपायो को सीखा। उन्होने कुडलिनीवाद का अनुकरण करके यह सिखाना आरम्भ किया कि शरीर मे छ विभिन्न रगो के प्रकाश चक्र है। सूफी का उद्देश्य उन चक्रो को गतिमान करके रगो के प्रतीयमान नानात्व के भीतर उस शुद्ध रगहीन प्रकाश का प्रत्यक्ष करना है जो स्वय अदृश्य रहते हुए अन्य सब वस्तुओ को दृश्य बनाता है। ईश्वर के नामो तथा *कुछ गोप्य मत्रो के उच्चारण से शरीर के सब परमाणुओ म* विशेष प्रकार की गति उत्पन्न हो जाती है। इसस सूफी का सारा शरीर तेजोमय हो जाता है और जब वह इस ज्योति को अपने बाहर भी देख लेता है तो उसकी भेददृष्टि दूर हो जाती है। ध्यान क यह उपाय इस्लामबाह्य हैं और ऊचे सूफी इनको कोई महत्त्व नही देते।'

यह बातें इस्लामविरुद्ध हो या न हो परन्तु इस दृष्टि से तो इस्लामबाह्य हैं ही कि प्राचीन इस्लामी आध्यात्मिक वाङ्मय म इनका चर्चा नही मिलता। सूफी शास्त्रकारो ने कही इनका उल्लेख नही किया है और सूफी कवियो ने भी इनकी ओर कोई सकेत नही किया है। मौलाना रूम के इस शेर को योगपरक बनाया जाता है

चश्म बदो गोश बदो लब बेबद।
गर न बीनी सिर्रेहक बर मा बखद

आख कान और होठ बद करो। यदि तुमको ईश्वर का रहस्य न देख पड़ तो मुझ पर हसना।

मेरी समझ म यह केवल इन्द्रियनिग्रह का उपदेश है।

भारत के योगियों के सम्पर्क में आकर भारतीय सूफ़ियों ने हब्से दम (प्राणायाम) जैसी क्रियाओं को अपनाया और योग के कुछ पारिभाषिक शब्दों को भी व्यवहार में लाने लगे। उनको ही देख कर यह धारणा बनी कि सूफ़ी लोग योगी होते हैं।यह विश्वास यदि कुछ सच भी है तो मुख्यतः भारतीय सूफ़ियों के लिए। यों यह बात मान्य है कि दूसरे सूफ़ियों को भी हाल की अवस्था में समाधिकल्प अनुभव होते हैं और फिर ज़िक्र स्वयं योग की क्रिया है।

उद्धृत योगसूत्रों की सूची

(प्रथम अंक पाद और दूसरा सूत्रसंख्या का सूचक है)

अथ योगानुशासनम् । (१,१)

ईश्वरप्रणिधानाद्वा । (१,२३)

ऋतम्भरा तत्र प्रज्ञा । (१,४८)

कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृत्तिः । (३,२९)

क्लेशकर्मविपाकाशयैरपरामृष्टः पुरुषविशेष ईश्वरः । (१,२४)

क्षीणवृत्तेरभिजातस्येव मणेर्ग्रहीतृग्रहणग्राह्येषु
तत्स्थतदञ्जनता समापत्तिः । (१,४१)

चन्द्रे ताराव्यूहज्ञानम् । (३,१६)

जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः सार्वभौमा महाव्रतम् । (२,३१)

तज्जपस्तदर्थभावनम् । (१,२८)

ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् । (२,५२)

ततः परमा वश्यतेन्द्रियाणाम् । (२,५५)

ततः पुनः शान्तोदितौ तुल्यप्रत्ययौ चित्तस्यैकाग्रतापरिणामः । (३,१२)

तत्प्रतिषेधार्थमेकतत्त्वाभ्यासः । (१,३२)

ततः प्रत्यक्चेतनाधिगमोऽप्यन्तरायाभावश्च । (१,२९)

तत्र प्रत्ययैकतानता ध्यानम् । (३,२)

तत्परं पुरुषख्यातेर्गुणवैतृष्ण्यम् । (१,१६)

तत्र ध्यानजमनाशयम् । (४,६)

तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः । (१,१३)

तथा मृदुमध्याधिमात्रत्वात्ततोऽपि विशेषः । (१,२२)

तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम् । (१,३)

त्रयमेकत्र संयमः । (३,४)

तस्य प्रशान्तवाहिता संस्कारात् । (३,१०)

तस्य वाचकः प्रणवः । (१,२७)

तीव्रसंवेगानामासन्नः । (१,२१)

ते समाधावुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः । (३,३६)

दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम् । (१,१५)

दुःखदौर्मनस्याङ्गमेजयत्वश्वासप्रश्वासा विक्षेपसहभुवः । (१,३१)

देशबन्धश्चित्तस्य धारणा । (३,१)
धारणासु च योग्यता मनसः । (२,५३)
निर्माणचित्तान्यस्मितामात्रात् । (४,४)
परिणामतापसंस्कारदुःखैर्गुणवृत्ति-विरोधाच्च सर्वं दुःखमेव विवेकिनः । (२,१५)
पुरुषार्थशून्यानां गुणानां प्रतिप्रसवः कैवल्यं स्वरूपप्रतिष्ठा वा
चितिशक्तिः । (४,३४)
भुवनज्ञानं सूर्ये संयमात् । (३,२५)
प्रसंख्यानेऽप्यकुसीदस्य सर्वथा विवेकख्यातेर्धर्ममेघः समाधिः । (३,३२)
वीतरागविषयं वा चित्तम् । (१,३७)
मैत्रीकरुणामुदितोपेक्षाणां सुखदुःखपुण्यापुण्यविषयेषु
भावनातश्चित्तप्रसादनम् । (१,३३)
यथाभिमतध्यानाद् वा । (१,२)
विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोऽन्यः । (१,१८)
विशेषदर्शिन आत्मभावभावनानिवृत्तिः । (४,२५)
वृत्तिसारूप्यमितरत्र । (१,४)
व्याधिस्त्यानसंशयप्रमादालस्याविरतिभ्रान्तिदर्शना-
लब्धभूमिकत्वानि विक्षेपास्तेऽन्तरायाः । (१,३०)
स एष पूर्वेषामपि गुरुः कालेनानवच्छेदात् । (१,२६)
स तु दीर्घकालनैरन्तर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः । (१,१४)
स्थान्युपनिमन्त्रणे संगस्मयाकरणं पुनरनिष्टप्रसंगात् । (३,५०)
स्थिरसुखमासनम् । (२,४६)
स्वप्ननिद्राज्ञानालम्बनं वा । (१,३८)
स्वविषयासंप्रयोगे चित्तस्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणाम् प्रत्याहारः । (२,५४)
हेयं दुःखमनागतम् । (२,१६)

सहायक पुस्तकों की सूची

१. पातञ्जल योगदर्शन—व्यास भाष्य, वाचस्पति मिश्र कृत तत्त्ववैशारदी टीका तथा भोजवृत्ति समेत

२. कपिल कृत सांख्यदर्शन

३. ईश्वरकृष्ण कृत सांख्यकारिका

४. शिवसंहिता

५. घेरण्डसंहिता

६. हठयोगप्रदीपिका

७. गोरक्षपद्धति

८. विज्ञानभिक्षु कृत योगसारसंग्रह

९. योग-याज्ञवल्क्य, श्री प्रह्लाद सी दीवानजी सम्पादित

१०. पातञ्जल योगप्रदीप, स्वामी ओमानन्द कृत

११. सूर्योदय (योग–विशेषांक)

१२. श्रीमद्भगवद्गीता की ज्ञानेश्वरी टीका

१३. दि योगसूत्राज आव पतञ्जलि, अनुवादक श्री रामप्रसाद
(The Yoga Sutras of Patanjali—by Ram Prasad F. T. S. Sacred Books of the Hindus Series)

१४. मिस्टिसिज्म, एवेलिन अण्डरहिल कृत
(Mysticism. Evelyn Underhill)

१५. फार्म्स ऐण्ड टेक्नीक्स आव ऐल्ट्रुइस्टिक ऐण्ड स्पिरिचुअल ग्रोथ, पितिरिम सोरोकिन सम्पादित
(Forms and Techniques of Altruistic and Spiritual Growth edited by Pitirim A. Sorokin)

१६. योग, दि मेथड आव रि–इण्टिग्रेशन, ऐवलेन दानिएल्यू कृत
(Yoga, The Method of Re–Integration by Alain Danielu)

१७. दि डेवलप्मेण्ट आव मेटाफ़िज़िक्स इन पर्शिया, शेख मुखम्मद इक़बाल कृत
(The Development of Metaphysics in Persia, by Sheikh Mohammad Iqbal)

१८. दि पर्शियन सूफ़ीज़, सिप्रिअन राइस कृत
(The Persian Sufis, by Cyprian Rice)

१९. सूफ़िज्म, ए. जे. आरबेरी कृत
(Sufism by A. J. Arberry)

२०. कश्फ अल—महजूब अली उसमान अल जुल्लाबी अल हुजवीरी कृत
(अनुवादक, रेनल्ड ए निकलसन)

२१. सूफ़ीज, मिस्टिक्स एण्ड योगीज आव इंडिया, बाके बिहारी कृत
(Sufis Mystics and Saints of India by Banke Bihari Bhavan Series)

(कई उपनिषदों और 'सतबानी पुस्तकमाला' की कई पुस्तकों से सहायता ली गयी है। उन सब के नाम पृथक् पृथक् नहीं दिये गये हैं।)

अनुक्रमणिका

(अ)

अक्लिष्ट १२४
अग्निनाड़ी १४६
(सरस्वती)
अघोर पंथ १७
अङ्गमेजयत्व २३५
अजपा जाप १४७
अतीन्द्रिय २९ २४६ २४७
अधिष्ठान १८२ २४६
अध्यवसाय १४४
अध्यास २२१ २६२
अनलहक २७२ २७३ २७७
अनवस्थितत्व २३५
अनहद (अनाहत) १३ ४९ ५६
अनाहत (नाद) १३ ४९ ५६ १७० १७१ १७२ १७५ १७६ १७७ १७८
अनाहत (चक्र) १४५ १४७
अपरिग्रह ११४ ११६
अपान १५९
अपूर्व १२१
अभिजातमणि १९०
अभिनिवेश ६७ २०६
अभ्यास ८६ १०८ १३४ १६३ १६४ १६९ १८२ २४३ २७१
अमरवारुणी १४०
अर्थमात्र निर्भास १८१
अर्धपद्मासन १३५
अर्हन्पद २
अलब्ध-भूमिकत्व २३५
अविद्या ३९ ४२ १२० १८६ २६३ २६४
अविमुक्त (क्षेत्र) १६०
अविरति २३५
अव्याकृत ४२
असंप्रज्ञात ८३ २२५ २६३ २६४
अस्मिता १९४ १९९ २६४ २०६
अस्तेय ११४ ११६ ११७
अहिंसा ११४ ११५

(आ)

आगम २ ७८
आजान देव १९७
आज्ञा चक्र १४५
आत्मवलि ५७
आत्मसंमोहन १६६
आत्मसाक्षात्कार १२३ १६१ १८४
आदि शब्द ४९ १६२ १६७ २२८
आम्नाय २६६
आरम्भक १२१ १२२
आरिफ २८४ २८५
आलस्य २३५
आश्विनकाल १३८
आसन ११४ १३२ १३४ १३५ १४२ १४३

(इ)

इडा १३७ १४६ १४९ १५९
इतमीनान २८१

(ई)

ईश्वर ३९ ४२ ६१ ६२ १२० १२२ १२३
ईश्वर-प्रणिधान ११८ ११९ १२० १२२ १२६ २८०
ईश्वर-साक्षात्कार १२४ १२८ १६४

(उ)

उड्डियान बन्ध १३८ १३९
उदान १५९
उदित प्रत्यय १५७
उदार अवस्था १०९
उद्गीथ ४९ १७४
उपरति १८३
उपाय प्रत्यय १९१ २०४
उम्मीद २८१
उस २८१

(ऊ)

ऊर्जा २५२

(ऋ)

ऋतम्भरा प्रज्ञा १९५

(ए)

एकतानता १५६ १५७ १७९ १८२
एकाग्र ८० ८१
एकाग्रता परिणाम १८८
एकाग्रता संस्कार १८९
एकाग्र प्राग्भारा १६७
एकेन्द्रिय १०६

(क)

कपालकुहर १४०
कर्मदेव १९७
कर्ममार्ग १०३
कर्मयोग १३२ १५३ २१८
कला ६१
काल ६१
कुडलिनी १४७ १४८ १४९ १५० १५२ १६९ २८६ (बाद)
कुम्भक १४१ १४२ १५८
कुर्ब २८१
कुक्कुड १४९
कुशल २०५
कूर्म १५९
कृकल १५९
कृतहानि १६१
केवली २०५
क्रमिक मुक्ति २१७
क्रियमाण २२२
क्रियायोग २०४
क्रियाविमुक्ति २०५ २०६
क्लिष्ट वृत्ति १२४

क्लेश १२०
क्षिप्तचित्त १७७
क्षिप्त (वृत्ति) ८०

(ख)

खुदा २७८
खुदी २७८
खेचर ३५ ५२
खेचरी मुद्रा १३९ १४०
खौफ २८१

(ग)

गगनगिरा ४९
गुणवैतृष्ण्य २००
गो-मांस १४०

(घ)

घननाद १७७

(च)

चक्र १४५ १४७ १५२
चक्रोपासना २८४
चित्त ७७ ८० ८२ ८६ १०३ १२४ १५८ १६५ १७७ १८१ १८२ १८९ १९० २०१ २६५ २६३
चित्तप्रसाद १०५ १३२
चित्तविमुक्ति २०५
चित्तवृत्ति-निरोध १४३
चिन्मय १६८ १९० २१३

(ज)

जड़ समाधि १४२
जप १६४ २८४ २८५
जाकिर २८५
जागृत अवस्था ७९ १६६
ज़िक्र १७५ २८४ २८५ २८६ २८७
जीवन्मुक्त २०६
जीवसमष्टि १२७
जोह्द २७९ २८०
ज्ञानयोग १३२
ज्ञानावरण २५४

(त)

तक़वा २८०
तनु अवस्था १०९
तन्द्रा १६६
तप ११८_११९
तपश्चर्या २७१
तरीक़त २७७
तवक्कुल २८०
तादात्म्य १२१ १५२ १६६ १९० १९९ २१७ २४१
तार ४९
तितिक्षा १८३
तोवह २८०
त्रिपुटी १८१ १८२ १८८ २६४

(द)

दम १८३
दिव्य संवेग १७८
दीक्षा ९७ १३४ १९१
दुःख २३५
देवदत्त १५९
दौर्मनस्य २३५
द्वेष २०६

(ध)

धनंजय १५९
धर्ममेघ समाधि २१० २११
धारणा ११४ १३२ १४२ १५२ १५५
१७६ २२५ २५५ २६२ २६३
ध्यान ११४ १३२ १४२ १५५ २२५
२५५ २६२ २८४ २८६

(न)

नवद्वावन्दी २८६
नाग १५९
नाडीकोष्ठ १४४ १४५
नाडीतन्तु १४४ १४६ २४६ २५२
नाडीरज्जु १४४
नाडीसंस्थान १४३ १४४ १५८
नाद १३ ४९ ६१ १६२ १७० १७१
१७२ १७७ २५२
नादानुसंधान १६७ १६९ १७५ १७६
१७८

निगम २
निदिध्यासन २३ ४७ ५७ १८८ १८५
निद्रा ७८ ७९
नियम ११४ ११८ १३० १४३
निरोध १५६ २०१
निरोध परिणाम १८८ २००
निरोधसंस्कार संस्कार १८९
निर्गुण पथ ११
निर्माणकाय २६१ २६२
निर्माण चित्त २६१
निर्विकल्प समाधि ८३ १८८
निर्विचार समाधि १९३
निर्वितर्क समाधि १९३
निर्बीज समाधि ८३

(प)

पंच कंचुक ६१
पंच तन्मात्रा १९०
पंच महाभूत ७९ १९०
पद्मासन १३५
परमवश्यता १५३
परा १५० १६७
परा देवता २५२
परामनोविज्ञान २४५ २४९
परा वाक् १६९
परा वाणी ४९
परा शक्ति १४९ १५० १६० १६७ २५२
परा संवित् ६० ६१
परिणाम दुःख १०८
परिणाम ३९

पिंगला १३७ १४६ १४९ १५९
पुरुषख्याति १९९
पुरुषार्थ ६६ ६७ ६८
पूरक १४१ १४२ १४६ १५८
प्रकाश ४१ २१५ २५५
प्रच्छर्दन १५८
प्रज्ञा २०५ २०६
प्रज्ञान ७४ ७५ ७७
प्रज्ञाभूमि (भूमिका) २०५
प्रणव ३३ ४९ १६१ १६२ १६८ १६९ १७४
प्रत्यय १४४ १५५ १५६ १७१ २६४
प्रत्याहार ११४ १३२ १५२ १७६
प्रधान ३९ ४० ४४
प्रमा ७८
प्रमाण ७८
प्रमाद २३५
प्रकाशावरण २५४
प्रशान्तवाहिता ८६ १०२ १८९
प्रसंख्यान २११
प्रसाद १०३ १२४
प्रसुप्त अवस्था १०९
प्राज्ञ २६४
प्राणायाम ११४ १३२ १३३ १४१ १४२ १४३ १४७ १७६ २६३
प्रातिभ ज्ञान २५४
प्रारब्ध २२२ २२३

(फ)

फ़िना २७८ २८५
फ़िराक २७५ २७८

(ब)

बन्ध १३८ १४३
बोधिसत्व १०४
बौद्ध तन्त्र २
ब्रह्मचर्य ११४ ११५
ब्रह्मनिष्ठ ८७
ब्रह्मरन्ध्र १४४ १४९ १७६

(भ)

भक्ति १२४ १२६ १२८ १६७ २५३ २६३ (रस)
भक्तियोग १२६ १२७ १२८ १३२ १५३ १६७ २१८
भजन १२
भवप्रत्यय १९१
भ्रान्तिदर्शन २३५

(म)

मजकूर २८५
मजज़ूब २२७
मणिपूरक १४५ १४७
मध्यमा १५० १६७
मराक़बा २८१
मल २३ १५३
मलकूत १२
महबूब २८१
महानाद १६९
महायान ४, १४
महाव्रत ११७

मायावरण ८३ १८५
मुकाम २८१
मूर्छित २७६
मूर्तिक २७६
मूर्ति २८२
मूर्तिरत्न २८१
मृड (मुनि) ८०
मेरु १३०
मेरु शिखर ८९ ७७
मूल शक्ति १७६ २१२
मूलबन्ध ११९
मूलाधार १८९ १९८ १९९
मेरुदण्ड १९८
मननशील २५१

(य)

यवनी २८१
यजमान १०६
यम ११८ १४३ १४९ २५१
योगभ्रष्ट १७७ १९१ १९८ २१७

(र)

राग ६१ २०६
राजयोग १३२ १४२ १७६ १७७
रासकार १७४
रियाज २८१
रेचक १४१ १४२ १४६ १५८

(ल)

लय १७७ १७८ २०५ २१६
लहुन १२
लिङ्गशरीर ७९
लीला १३२ २७७
लोकायत ४९ २२७ २२८

(व)

वाजिकार १०६
वायु १६० १६७ १६८
वाक्सिद्धि २६५
वारुणी १६०
वासना ७८
विकल्प ७८
विक्षिप्त चित्त १८८, २८८
विचारावस्था १९९
विचित्र (मुनि) ८०
विचार समाधि २०७
विच्छिन्न अवस्था १०९
वितृष्णा १९९
विदेहमुक्त २०७
विद्या ६१
बिन्दु ६१ ११२
विपर्यय ७८
विपाक १५८
विभूति १९५ २६६
विमर्श ४१ २१५
विराट् ४४ ६९ १२७
विरामप्रत्यय २०० २०१
विवेकख्याति ८३ १३२ १६३ १६० १६१ २०५ २११ २१४ २१९ २२० २६९
विशुद्धि (चक्र) १४५
विषाद १२४

वृत्ति १२४ १४३ १४६ १६७ १९०
२०१ २५३
वृत्तिनिरोध ७४ २६३
वृत्तिसारूप्य ८२
वैखरी ४८ १५० १६७ १९२ २५२
व्यतिरेक १०६
व्यवहित दर्शन २४५
व्यवहित श्रवण २४६
व्याधि २३५
व्यान १५९
व्युत्थान १८९ २००
व्युत्थानधर्मी संस्कार १८९

(श)

शक्तिपात १३३
श्रद्धा १८३ १९१
शरीयत २७७
शान्त प्रत्यय १५७
शाम्भवी मुद्रा १३९
शून्य ८ २०२
शोक २८१
शौच ११८

(ष)

षडंग योग १३१

(स)

संकल्प ७६
संतमत १९
संस्कार ७५ १२१ १५७ १९२ १९९
२२२ २४६ २६१ २६२
संस्कारशेष समाधि २००
संशय २३५
संयम १५५
संवित् ४७ ४९ ५० ५१, ५४ ७५
७६ ७७ १४४ १६५ १७६
संचित २२२ २३२ २६१
संतोष ११८ ११९
संप्रज्ञात समाधि ८३ ८४ १८१ १९३
२२५
सत्य ११४ ११५
सत्यनाम ४९ १७४
सत्संग ११९ १३२
सत्य का क्षण २५१
सद्योमुक्ति २१७
समाअ २८४
समाधि ६४ ८३ ९४ १०३ १०४
११४ १२६ १६९ १७९ २३७
२५५ २६२ २६५ २७८ २८७
समाधि परिणाम १८८
समरसत्व २१६
समान १५९
सम्मोहन २४७
सबीज समाधि १९४
समाधिभाषा १४९
सर्वकर्ता १८१
सर्वार्थता संस्कार १८९
सविकल्प समाधि १८८
सविचार समाधि १९३
सवितर्क समाधि १९३
सहस्रार १४५ १४८ १५० १६९

सहजसिद्धि २४९
साम्यावस्था ४५
सारूप्य १९०
सालिक २२७ २८३
सानन्द समाधि २०७
सिद्धासन १३५
सिद्धि १८ २४९ २५१ २५३ २५४ २५५ २६२
सिद्धिशक्ति २६१
सुरतिशब्दयोग १६७ १६९ १७० १७८ २६३
सुल्तानुल अजकार ४९
सुषुप्ति ५२ १२१ १४२ १६६ २०१
सुषुम्ना १३७ १४४ १४५, १४६ १४७ १४८ १४९ १५० १५९ १६९
सूक्ष्मनाद १७७
सूर्यनाडी (यमुना) १३७ १४६
सूफ २७५
सूक्ष्मलोक १९६
सेन्द्रिय प्रत्यक्ष २८
सोमनाडी (गंगा) १३७ १४६
साम ५८ २४९ २५० २५१
स्थानी देव १९७ १९८
स्मृतिवृत्ति ७९
स्फोट ४९ १६७ २४२
स्वन ४९ १९२ २५२
स्मृति ७८
स्वप्नावस्था ७९
स्वस्तिकासन १३५
स्वाध्याय ११८ ११९ १३२ १ २७१
स्वाधिष्ठान १४५ १४७
स्त्यान २३५ २३९
स्वप्न ७९, १६६

(ह)

हठयोग १३२ १४२ १५२ १
हठविद्या १३२
हब्सिदम (प्राणायाम) २८७
हमअ् आस्त २७७ २७८
हान १११ २०५ २०६
हानोपाय १११ २०५ २०६
हाल २८१ २८४ २८५ २८७
हिरण्यगर्भ ४३ ४४ ५३ ६३ १०२ १६० २६५
हीनयान ४ १४
हेय १११ २०५ २०६
हेयहेतु १११ २०५ २०६